مزامیر

فصل 1

1خوشا به حال کسی که به مشورت ستمکاران راه نمیرود و در راه گناهکاران نمیایستد و بر مسند تمسخر مینشیند.
2اما لذت او در شریعت خداوند است .و در شریعت خود روز و شب می اندیشد.
3و او مانند درختی خواهد بود که در کنار نهرهای آب کاشته شده است که میوه خود را در فصل خود میآورد .برگ او نیز پژمرده نخواهد شد .و هر کاری که انجام دهد رستگار خواهد شد.
4بی دینان چنین نیستند، بلکه مانند کاهی هستند که باد آن را می راند.
5بنابراین، ستمکاران در داوری و گناهکاران در جماعت صالحان نمیایستند.
6زیرا خداوند راه صالحان را میداند، اما راه ستمکاران هلاک خواهد شد.

فصل 2

1چرا بتها خشمگین میشوند و مردم چیز بیهودهای را تصور میکنند؟
2پادشاهان زمین برخاستند و فرمانروایان با هم بر ضد خداوند و مسحشده او مشورت میکنند و میگویند:
3بندهای ایشان را بشکنیم و طنابهای ایشان را از خود دور کنیم.
4هر که در آسمان بنشیند خواهد خندید و خداوند آنها را به تمسخر خواهد گرفت.
5سپس در خشم خود با آنها سخن خواهد گفت و آنها را در ناخشنودی شدید خود آزار خواهد داد.
6اما من پادشاه خود را بر تپه مقدس خود صهیون قرار دادم.
7من حکم را اعلام خواهم کرد .خداوند به من گفته است که تو پسر من هستی .امروز من تو را به دنیا آوردم.
8از من بخواه تا امتها را به تو ارث بدهم و اقصی نقاط زمین را به ملکیتت.
9آنها را با میله ای آهنی بشکن .آنها را مثل ظرف کوزه گری تکه تکه خواهی کرد.
10پس ای پادشاهان عاقل باشید، ای داوران زمین، تعلیم بگیرید.
11خداوند را با ترس خدمت کنید و با لرز شادی کنید.
12پسر را ببوسید مبادا خشمگین شود و از راه هلاک شوید، چون خشم او جز اندکی شعله ور شود .خوشا به حال کسانی که بر او توکل می کنند.

فصل 3

) 1مزمور داوود، هنگامی که از دست پسر خود ابشالوم فرار کرد (.خداوندا، چگونه بر من فزونی میبابند !بسیاری از آنها بر ضد من قیام می کنند.
2بسیاری هستند که در مورد جان من می گویند، هیچ کمکی برای او در خدا نیست .صلاح.
3اما تو ای خداوند، سپر من هستی .جلال من و بالابر سر من.
4با صدای خود نزد خداوند فریاد زدم و او مرا از تپه مقدس خود شنید .صلاح.
5مرا دراز کشیدم و خوابیدم .بیدار شدم؛ زیرا خداوند مرا حمایت کرد.
6من از ده هزار نفری که در اطراف من بر ضد من هستند نمی ترسم.
7ای خداوند برخیز .ای خدای من، مرا نجات بده، زیرا همه دشمنانم را بر استخوان گونه زدی .دندان های بی خدا را شکستی.
8نجات از آن خداوند است، برکت تو بر قوم توست .صلاح.

فصل 4

) 1به نوازنده اعظم نگینوت، مزمور داوود (.ای خدای عدالت من، هنگامی که من را صدا می کنم، مرا بشنو .به من رحم کن و دعای مرا بشنو.
2ای پسران انسان، تا کی جلال مرا به شرم تبدیل می کنید؟ تا کی بطالت را دوست خواهید داشت و به دنبال اجاره هستید؟ صلاح.
3اما بدانید که خداوند کسی را که خداپرست است برای خود جدا کرده است.
4با ترس بایستید و گناه نکنید :با دل خود در بستر خود صحبت کنید و ساکن باشید .صلاح.
5قربانیهای عدالت را تقدیم کنید و بر خداوند توکل کنید.
6بسیاری هستند که می گویند، چه کسی به ما خیری نشان خواهد داد؟ خداوندا، نور چهره خود را بر ما بلند کن.
۷ شادی را در قلب من قرار دادی، بیش از زمانی که ذرت و شرابشان زیاد شد.
8هم خود را در آرامش خواهم گذاشت و هم می خوابم، زیرا تو، ای خداوند، فقط مرا در امنیت ساکن می کنی.

فصل 5

) 1به نحیلوت، مزمور داوود، نوازنده اعظم (به سخنان من گوش فرا ده، ای خداوند، به فکر من توجه کن.
2ای پادشاه من و خدای من به صدای فریاد من گوش فرا ده زیرا برای تو دعا خواهم کرد.
3ای خداوند، صدای مرا در صبح خواهی شنید .بامدادان دعای خود را به سوی تو خواهم خواند و به بالا نگاه خواهم کرد.
4زیرا تو خدایی نیستی که از شرارت خشنود باشد و شر با تو ساکن نخواهد شد.
5احمق در مقابل تو نمی ایستد، تو از همه گناهکاران متنفری.
6آنانی را که بیهوده سخن میگویند هلاک خواهی کرد.
7اما من با انبوه رحمت تو به خانه تو خواهم آمد و با ترس تو به معبد مقدس تو عبادت خواهم کرد.
8ای خداوند، به خاطر دشمنانم مرا در عدالت خود هدایت کن .راهت را جلوی صورت من راست کن
9زیرا در دهان ایشان وفاداری نیست .باطن آنها بسیار شرارت است .گلویشان قبر باز است .با زبان چاپلوسی می کنند.
10ای خدا آنها را نابود کن .بگذارید آنها به توصیه های خود بیفتند .آنها را در انبوه گناهانشان بیرون کنید .زیرا آنها علیه تو قیام کرده اند.
11امّا جمیع کسانی که بر تو توکل میکنند، شادی کنند، زیرا که تو از آنها دفاع میکنی، همیشه شادی فریاد بزنند.
12زیرا تو ای خداوند، عادلان را برکت خواهی داد .او را مانند سپر محاصره خواهی کرد.

فصل 6

) 1به نوازنده اعظم نگینوت بر شمینیت، مزمور داوود (.ای خداوند، در خشم خود مرا ملامت مکن، و در ناخشنودی داغ خود مرا تنبیه مکن.
2ای خداوند بر من رحم کن .زیرا من ضعیف هستم :خداوندا، مرا شفا بده .زیرا استخوانهای من مضطرب است
3جان من نیز سخت مضطرب است، اما تو ای خداوند تا کی؟
4ای خداوند، برگرد، جان مرا رهایی بخش، و مرا به خاطر رحمتت نجات ده.
5زیرا در مرگ یادی از تو نیست، در قبر چه کسی تو را شکر خواهد کرد؟
6من از ناله خود خسته شده ام .تمام شب را تخت خوابم را برای شنا درست می کنم .با اشک هایم کاناپه ام را آبیاری می کنم.
7چشمم از غم و اندوه نابود شده است .به خاطر تمام دشمنان من کهنه می شود.
8ای همه گناهکاران از من دور شوید .زیرا خداوند صدای گریه من را شنیده است.
9خداوند دعای مرا شنید .خداوند دعای من را خواهد پذیرفت.
10جمیع دشمنان من شرمنده و مضطرب شوند و ناگهان برگردند و شرمنده شوند.

فصل 7

) 1شغایون داوود که در مورد کلام کوش بنیامی برای خداوند سرود (.ای خداوند، خدای من، بر تو توکل میکنم، مرا از همه آزاردهندهها نجات ده و مرا رهایی بخش.
2مبادا جان من را مانند شیر دریده، پاره پاره کند، در حالی که کسی نیست که نجات دهد.
3ای یهوه خدای من، اگر این کار را کرده باشم .اگر گناهی در دست من باشد.
4اگر به کسی که با من در صلح بود پاداش بد داده باشم) .آری، من او را نجات دادم که بی دلیل دشمن من است(:
5بگذار دشمن جان من را جفا کند و آن را بگیرد .آری، بگذار جان من را بر زمین بگذارد و عزت مرا در خاک بگذارد .صلاح.
6ای خداوند، در خشم خود برخیز و به سبب خشم دشمنان من، خودت را بلند کن و برای داوری که تو دستور دادهای، برای من بیدار شو.
7پس جماعت قوم تو را احاطه خواهند کرد.
8خداوند قوم را داوری خواهد کرد، ای خداوند مرا برحسب عدالت من و برحسب صداقتی که در من است داوری کن.
9ای شرارت شریر پایان یابد .اما عادل را ثابت کنید زیرا خدای عادل دلها و مغزها را آزمایش می کند.
10دفاع من از خداست که راست دل را نجات میدهد.
11خدا عادلان را داوری میکند و خدا هر روز بر شریر خشمگین میشود.
12اگر روی نگرداند، شمشیر خود را تیز خواهد کرد .کمان خود را خم کرده و آماده کرده است.
13او همچنین آلات مرگ را برای او آماده کرده است .او تیرهای خود را در برابر جفاگران قرار می دهد.
14بنگرید، او با گناه درد می کشد، و شرارت باردار شده، و باطل را پدید آورده است.
15او گودالی درست کرد و آن را کند و در گودالی که ساخته بود افتاد.
16شرارت او بر سر خود باز خواهد گشت، و رفتار خشونت آمیز او بر سر خود او فرود خواهد آمد.
17خداوند را برحسب عدالت او ستایش خواهم کرد و نام خداوند متعال را ستایش خواهم کرد.

فصل 8

) 1به نوازنده اعظم گیتیت، مزمور داوود (.ای خداوند، خداوند ما، نام تو در تمام زمین چقدر عالی است !که جلال خود را بر فراز آسمانها قرار دادی.

2از دهان نوزادان و شیرخواران بهخاطر دشمنان خود قدرتی تعیین کردی تا دشمن و انتقامجو را مهار کنی.
3وقتی آسمان تو را مینگرم، کار انگشتانت، ماه و ستارگانی را که مقرّر کردهای.
4انسان چیست که تو به او توجه کنی؟ و پسر انسان که او را ملاقات کنی؟
5زیرا او را اندکی از فرشتگان پستتر ساختی و تاج جلال و افتخار بر او نهادی.
6او را بر اعمال دست خود مسلط ساختی .تو همه چیز را زیر پای او گذاشته ای:
7همه گوسفندان و گاوها، آری، و حیوانات صحرا.
8پرندگان هوا و ماهیان دریا و هر آنچه از راههای دریاها می گذرد.
9ای خداوند، خداوند ما، نام تو در تمام زمین چقدر عالی است!

فصل 9

) 1از مزمور داوود به نوازنده اعظم بر مثلبن (.ای خداوند، تو را با تمام قلب خود ستایش خواهم کرد .من تمام کارهای شگفت انگیز تو را نشان خواهم داد.
2من از تو شادمان و شادمان خواهم شد و ای اعلی بر نام تو ستایش خواهم کرد.
3چون دشمنان من به عقب برگردند، در حضور تو خواهند افتاد و هلاک خواهند شد.
4زیرا تو حق و آرمان من را حفظ کردی .تو بر تخت می نشینی و به حق داوری می کنی.
5امتها را سرزنش کردی، شریران را هلاک کردی، نام آنها را تا ابدالاباد بر زبان آوردی.
6ای دشمن، ویرانیها به پایان میرسد و تو شهرها را ویران کردی .یادبود آنها با آنها از بین می رود.
۷ امّا خداوند تا ابدالاباد خواهد ماند و تخت خود را برای داوری آماده کرده است.
8و جهان را به عدالت داوری خواهد کرد و قوم را به عدالت داوری خواهد کرد.
9خداوند نیز پناهگاه مستضعفان خواهد بود، و پناهگاهی در مواقع مصیبت.
10و آنانی که نام تو را میشناسند بر تو توکل خواهند کرد، زیرا تو ای خداوند آنانی را که تو را میجویند ترک نکردهای.
۱۱ خداوند را که در صهیون ساکن است ستایش کنید و اعمال او را در میان قوم اعلام کنید.
12هنگامی که برای خون تحقیق می کند، آنها را به یاد می آورد و فریاد فروتنان را فراموش نمی کند.
13ای خداوند بر من رحم کن .تو که مرا از دروازههای مرگ برمیداری، به مصیبت من فکر کن که از من نفرت دارند.
14تا تمام ستایش تو را در دروازههای دختر صهیون نمایان کنم، در نجات تو شادی خواهم کرد.
15امتها در گودالی که ساختهاند غرق شدهاند و پای خود در توری که پنهان کردهاند، گرفته شدهاند.
16خداوند از داوری که اجرا میکند شناخته میشود :شریر در کار دست خود به دام افتاده است .هیگایون صلاح.
17شریران به جهنم تبدیل خواهند شد و تمامی امتهایی که خدا را فراموش می کنند.
18زیرا که نیازمندان همیشه فراموش نمیشوند، انتظار فقرا تا ابد نابود نخواهد شد.
19ای خداوند برخیز .مبادا انسان پیروز شود .بگذار امتها در نظر تو داوری شوند.
20ای خداوند، آنها را بترسان تا قومها خود را جز انسان بدانند .صلاح.

فصل 10

1ای خداوند، چرا دور ایستاده ای؟ چرا در مواقع سختی خود را پنهان می کنی؟
2شریر در غرور خود فقرا را جفا می کند.
3زیرا که شریر به آرزوی دل خود می بالد و طمع را که خداوند از او نفرت دارد برکت می دهد.
4شریر از روی غرور خود، خدا را نمیجوید :خدا در تمام افکار او نیست.
5راههای او همیشه دردناک است .داوری های تو از دید او دورتر است.
6او در دل خود گفته است، من متزلزل نخواهم شد، زیرا هرگز در مصیبت نخواهم بود.
7دهان او پر از نفرین و فریب و نیرنگ است و زیر زبانش شرارت و بطالت است.
8در کمین دهکدهها مینشیند، بیگناهان را در مخفیگاه میکشد، چشمانش پنهانی به فقرا است.
9او مانند شیر در غنای خود پنهانی در کمین مینشیند، برای گرفتن فقیر در کمین مینشیند و فقیر را میگیرد تا او را به تور خود بکشد.
10او خمیده میشود و خود را فروتن میکند تا فقیر به دست نیرومندانش بیفتد.
11او در دل خود گفته است که خدا فراموش کرده است .او هرگز آن را نخواهد دید.
12ای خداوند برخیز .خدایا دستت را بلند کن و فروتنان را فراموش مکن.
13چرا شریر خدا را تحقیر میکند؟ او در دل خود گفته است :تو آن را نمی خواهی.
14تو آن را دیده ای .زیرا تو بدی و کینه را می بینی تا با دست خود جبران کنی .تو یاور یتیمان هستی.
15بازوی شریر و شریر را بشکن و شرارت او را جستجو کن تا نیابی.
16خداوند پادشاه تا ابدالاباد است و امتها از سرزمین او هلاک شدهاند.
17خداوندا، تو آرزوی فروتنان را شنیدی، دل ایشان را آماده خواهی کرد، گوش خود را بشنوی.
18تا یتیم و مظلوم را داوری کند تا مرد زمین دیگر ستم نکند.

فصل 11

) 1به نوازنده اعظم، مزمور داوود (.بر خداوند توکل می کنم.
2زیرا، اینک، شریران کمان خود را خم میکنند، تیر خود را بر ریسمان آماده میسازند، تا به راستدلان مخفیانه شلیک کنند.
3اگر پایه ها ویران شود، عادل چه می تواند بکند؟
4خداوند در معبد مقدّس خود است، تخت خداوند در آسمان است.
5خداوند عادلان را امتحان میکند، اما شریر و هر که خشونت را دوست دارد، جانش متنفر است.
6بر شریران دامها و آتش و گوگرد و طوفان هولناک خواهد بارید .این قسمت از جام آنها خواهد بود.
7زیرا خداوند عادل عدالت را دوست دارد .قیافه او عادلان را می بیند.

فصل 12

) 1مزمور داوود به نوازنده اعظم شمینیت (.خداوندا کمک کن .زیرا انسان خداپرست متوقف می شود .زیرا مؤمنان از میان فرزندان انسان شکست میخورند.
2هر کس با همسایه خود بیهوده سخن می گوید و با لبهای چاپلوس و با دلی دوگانه سخن می گوید.
3خداوند تمام لبهای چاپلوس و زبانی را که متکبرانه میگوید، قطع خواهد کرد.
4که گفته اند با زبان خود پیروز خواهیم شد .لبهای ما مال خودمان است :چه کسی بر ما پروردگار است؟
5خداوند میگوید برای ستم فقرا، برای آههای نیازمندان، اکنون برمیخیزم .او را از دست کسی که بر او پفک می زند در امان خواهم داشت.
6سخنان خداوند سخنان خالص است :مانند نقره آزموده شده در کوره زمین، هفت بار خالص شده است.
7ای خداوند، آنها را نگاه داری، آنها را از این نسل تا ابد حفظ خواهی کرد.
8شریران از هر طرف راه میروند، وقتی پستترین انسانها سربلند میشوند.

فصل 13

) 1به نوازنده اعظم، مزمور داوود (.ای خداوند، تا کی مرا فراموش خواهی کرد؟ برای همیشه؟ تا کی صورتت را از من پنهان می کنی؟
2تا کی در جان خود مشورت کنم و هر روز غم در دل داشته باشم؟ تا کی دشمن من بر من برتری خواهد داشت؟
3ای یهوه، خدای من، مرا در نظر بگیر و بشنو.
4مبادا دشمن من بگوید من بر او پیروز شدم .و آنهایی که مرا آزار می دهند، وقتی متاثر می شوم، خوشحال می شوند.
5اما من به رحمت تو اعتماد دارم .قلب من در نجات تو شاد خواهد شد.
6برای خداوند سرود خواهم خواند، زیرا او با من فضل کرد.

فصل 14

) 1مزمور داوود به نوازنده اعظم (.احمق در دل خود گفته است که خدایی نیست .آنها فاسدند، کارهای زشتی انجام داده اند، احدی نیست.
2خداوند از آسمان به بنی آدم نگریست تا ببیند آیا کسی هست که بفهمد و خدا را طلب کند.
3همگی کنار رفتهاند، همه با هم کثیف شدهاند.
4آیا همه ی گناهکاران هیچ علم ندارند؟ که قوم مرا همانطور که نان می خورند می خورند و خداوند را نمی خوانند.
5آنها در ترس شدید بودند، زیرا خدا در نسل صالحان است.
6شما نصیحت فقرا را رسوا کردهاید، زیرا خداوند پناهگاه اوست.
7ای کاش نجات اسرائیل از صهیون بیرون می آمد !هنگامی که خداوند اسیران قوم خود را بازگرداند، یعقوب خوشحال خواهد شد و اسرائیل خوشحال خواهد شد.

فصل 15

) 1مزمور داوود (.خداوندا، چه کسی در خیمه تو ساکن خواهد بود؟ چه کسی در تپه مقدس تو ساکن خواهد شد؟
2کسی که راست میرود و عدالت میکند و در دل خود راست میگوید.
3کسی که به زبان خود غیبت نمی کند و به همسایه خود بدی نمی کند و بر همسایه خود سرزنش نمی کند.
4در نظر او شخص پست مورد تحقیر قرار می گیرد .اما آنانی را که از خداوند می ترسند گرامی می دارد .کسی که به ضرر خود سوگند یاد می کند و تغییر نمی کند.
5کسی که پول خود را به ربا نمیدهد و در برابر بیگناهان پاداش نمیگیرد .کسی که این کارها را انجام می دهد هرگز متزلزل نخواهد شد.

فصل 16

) 1مختم داوود (.خدایا مرا حفظ کن زیرا بر تو توکل کرده ام.
2ای جان من، تو به خداوند گفتی، تو پروردگار من هستی.
3اما به مقدّسانی که در زمین هستند و به نیکوکارانی که تمام لذت من در آنهاست.
4غم و اندوه ایشان که به دنبال خدای دیگری میشتابند، زیاد میشود :قربانیهای خونشان تقدیم نخواهم کرد و نام ایشان را بر لبانم نخواهم آورد.
5خداوند سهم من و جام من است.
6خطوط در مکانهای دلپذیر بر من افتاده است .بله، من میراث خوبی دارم.
7خداوند را که مرا نصیحت کرده است برکت خواهم داد و افسرهایم نیز در فصول شب مرا تعلیم میدهند.
8خداوند را همیشه پیش روی خود قرار دادهام، زیرا او در دست راست من است، من متزلزل نخواهم شد.
9پس قلب من مسرور است و جلال من مسرور است و جسم من نیز در امید آرام خواهد گرفت.
10زیرا جان مرا در جهنم رها نخواهی کرد .نه اجازه خواهی داد که قدوس تو فساد ببیند.
11راه زندگی را به من نشان خواهی داد .در دست راست تو تا ابد لذّت است.

فصل 17

) 1دعای داوود (.ای خداوند، حق را بشنو، به فریاد من توجه کن، به دعای من گوش فرا ده که از لبهای ساختگی خارج نمی شود.
2حکم من از حضور تو صادر شود .بگذار چشمانت چیزهای مساوی را ببیند.
3تو قلب مرا ثابت کردی .شبانه مرا زیارت کردی .تو مرا امتحان کردی و چیزی نخواهی یافت .من قصد دارم که دهانم تجاوز نکند.
4در مورد اعمال انسانها، به قول لبهای تو مرا از راههای ویرانگر نگه داشته ام.
5راههای مرا در راههایت نگه دار تا گامهایم نلغزند.
6ای خدا، تو را خواندم، زیرا که مرا خواهی شنید، گوش خود را به من متمایل کن و سخنان مرا بشنو.
7محبت شگفتانگیز خود را نشان ده، ای تو که به دست راست خود آنانی را که بر تو توکل میکنند از دست کسانی که بر ضد ایشان قیام میکنند نجات میدهی.
8مرا مثل نور چشم نگاه دار و زیر سایه بالهایت پنهان کن،
۹ از شریرانی که بر من ظلم میکنند، از دشمنان مرگبار من که مرا احاطه میکنند.
10در چاق خود محصور شدهاند و با دهان خود متکبرانه سخن میگویند.
11اکنون ما را در قدمهای ما احاطه کردهاند و چشمان خود را به سوی زمین خم کردهاند.
12مثل شیری که از طعمه خود طمع میکند و مثل شیر جوانی که در مکانهای مخفی کمین میکند.
13ای خداوند برخیز، او را ناامید کن، او را به زمین بینداز، جان مرا از شریر که شمشیر توست نجات ده.
14از مردانی که دست تو هستند، ای خداوند، از مردان جهان که سهم خود را در این زندگی دارند و شکمشان را از گنج پنهان خود پر می کنی .عزیزم
15و اما من چهره تو را به عدالت خواهم دید و چون بیدار شوم از شباهت تو سیر خواهم شد.

فصل 18

) 1به نوازنده اعظم، مزمور داوود، بنده خداوند، که سخنان این سرود را در روزی که خداوند او را از دست جمیع دشمنانش و از دست شائول رهانید، به خداوند گفت : .و او گفت :ای خداوند قوت من تو را دوست خواهم داشت.
2خداوند صخره و قلعه من و نجات دهنده من است .خدای من، قدرت من، که به او اعتماد خواهم کرد .سپر من و شاخ نجات من و برج بلند من.
3خداوند را که شایسته ستایش است خواهم خواند و از دست دشمنان خود نجات خواهم یافت.
4غم و اندوه مرگ مرا احاطه کرد و سیل مردان نابکار مرا ترساند.
5غم و اندوه جهنم مرا احاطه کرده بود و دامهای مرگ مانع من شد.
6در غم خود خداوند را خواندم و نزد خدای خود ندا کردم، او صدای مرا از هیکل خود شنید و فریاد من به حضور او، حتی به گوش او رسید.
7سپس زمین لرزید و لرزید .پایههای تپهها متحرک و متزلزل شد، زیرا او خشمگین بود.
8دودی از سوراخهای بینی او بیرون آمد و آتشی از دهانش بلعید و زغالها از آن برافروختند.
9او آسمانها را نیز تعظیم کرد و نازل شد و تاریکی زیر پای او بود.
10و او بر کروبی سوار شد و پرواز کرد :آری، او بر بالهای باد پرواز کرد.
11تاریکی را مخفیگاه خود قرار داد .غرفهاش دور تا دورش آبهای تیره و ابرهای غلیظ آسمان بود.
12در روشنایی که در برابر او بود، ابرهای غلیظ او، سنگهای تگرگ و زغالهای آتشین میگذشتند.
13خداوند نیز در آسمان رعد و برق زد و بلندترین صدای خود را داد .سنگ تگرگ و زغال های آتش.
14آری، او تیرهای خود را فرستاد و آنها را پراکنده کرد .و صاعقه ها را پرتاب کرد و آنها را ناراحت کرد.

15آنگاه نهرهای آب نمایان شد و پایههای جهان در سرزنش تو، ای خداوند، در دمیدن سوراخ بینی تو آشکار شد.
16او از بالا فرستاد، مرا گرفت، از آبهای بسیار بیرون کشید.
17او مرا از دشمن نیرومند خود و از دشمنان من رهانید، زیرا آنها از من بسیار قوی بودند.
18آنها مرا در روز مصیبت من بازداشتند، اما خداوند اقامتگاه من بود.
19مرا نیز به مکانی بزرگ بیرون آورد .او مرا رهایی بخشید، زیرا از من لذت می برد.
20خداوند برحسب عدالت من به من پاداش داد .بر حسب پاکی دستانم به من پاداش داده است.
21زیرا من راههای خداوند را نگاه داشته ام و با شرارت از خدای خود دور نشده ام.
22زیرا که همه احکام او در حضور من بود و فرایض او را از خود دور نکردم.
23من نیز در برابر او صادق بودم و خود را از گناه خود دور نگه داشتم.
24پس خداوند مرا برحسب عدالت من و بر حسب پاکی دستهای من در چشمان خود پاداش داده است.
25با مهربانان خود را رحیم نشان خواهی داد .با مردی درستکار خود را راست نشان خواهی داد.
26با پاکان خود را پاک نشان خواهی داد .و با آدم بدجنس خودت را سرگردان نشان خواهی داد.
27زیرا تو مردم مصیبت زده را نجات خواهی داد .اما ظاهر بالا را پایین می آورد.
28زیرا تو شمع مرا روشن خواهی کرد و یهوه خدای من تاریکی مرا روشن خواهد کرد.
29زیرا به وسیله تو از میان لشکریان دویده ام .و به خدا قسم از دیواری پریدم.
30راه خدا کامل است و کلام خداوند آزموده میشود و برای همه کسانی که بر او توکل میکنند سپر است.
31زیرا خدا جز خداوند کیست؟ یا سنگ کیست جز خدای ما؟
32این خداست که مرا به قوت میبندد و راه مرا کامل میسازد.
33او پاهای مرا مانند پای هندیها میسازد و مرا بر بلندیهایم میگذارد.
34او دستهای مرا به جنگ می آموزد تا کمان پولادین با بازوهایم شکسته شود.
35و سپر نجات خود را به من بخشیدهای و دست راستت مرا بالا گرفته و نرمی تو مرا بزرگ ساخته است.
36گامهایم را زیر من بزرگ کردی که پاهایم لیز نخورد.
37من دشمنان خود را تعقیب کرده و بر آنها غلبه کردهام، و باز نگشتم تا نابود شدند.
38آنها را زخمی کردم که نتوانستند برخیزند :زیر پای من افتادهاند.
39زیرا که مرا برای نبرد نیرومند کردهای و آنانی را که بر ضد من قیام میکنند تحت سلطه من قرار دادهای.
40گردن دشمنانم را نیز به من دادی .تا آنها را که از من متنفرند نابود کنم.
41آنها فریاد زدند، اما کسی نبود که آنها را نجات دهد، حتی به خداوند، اما او آنها را اجابت نکرد.
42آنگاه آنها را مانند گرد و غبار در برابر باد کوچك کردم و آنها را مانند خاك کوچهها بیرون ریختم.
43مرا از ستیزههای مردم نجات دادی .و مرا سر امتها قرار دادی، قومی که من آنها را نشناختم مرا خدمت خواهند کرد.
44به محض شنیدن خبر من، از من اطاعت خواهند کرد و غریبان خود را تسلیم من خواهند کرد.
45غریبان محو خواهند شد و از مکانهای نزدیک خود خواهند ترسید.
46خداوند زنده است .و صخره من مبارک باد .و خدای نجات من بلند شود.
47این خداست که از من انتقام می گیرد و قوم را تحت تسلط من در می آورد.
48او مرا از دست دشمنانم رهایی میبخشد، آری، تو مرا از کسانی که بر ضد من قیام میکنند بالاتر میآوری، مرا از دست مرد ظالم نجات دادی.
49پس ای خداوند، تو را در میان امتها سپاس خواهم گفت و نام تو را ستایش خواهم کرد.
50نجات بزرگی به پادشاه خود میدهد .و بر مسحشدهاش، داوود و نسل او تا ابدالاباد رحمت میکند.

فصل 19

) 1به نوازنده ارشد، مزمور داوود (.آسمان ها جلال خدا را اعلام می کنند .و فلک کار دست او را نشان می دهد.
2روز به روز سخن میگوید، و شب به شب علم مینماید.
3هیچ گفتار و زبانی نیست که صدای آنها شنیده نشود.
4نسب ایشان در تمام زمین و سخنان ایشان تا انتهای جهان میگذرد .در آنها خیمه ای برای خورشید قرار داده است،
5که مانند دامادی است که از حجره خود بیرون میآید و مانند مردی نیرومند از مسابقه شادی میکند.
6خروج او از انتهای آسمان و مدار او تا انتهای آن است و هیچ چیز از گرمای آن پنهان نیست.
7شریعت خداوند کامل است و روح را متحول میسازد، شهادت خداوند یقین دارد و سادهان را عاقل میسازد.
8فرایض خداوند درست است و دل را شاد میسازد :فرمان خداوند خالص است و چشمها را روشن میسازد.
9ترس خداوند پاک و تا ابدالاباد است و احکام خداوند کاملاً راست و عادلانه است.
10آنها از طلا، آری، از طلای بسیار مرغوب ترند و از عسل و لانه زنبوری نیز شیرین ترند.
11بعلاوه به وسیله آنها به بنده تو هشدار داده می شود و در حفظ آنها پاداش بزرگی است.
12چه کسی می تواند خطاهای او را درک کند؟ مرا از عیوب پنهانی پاک کن
13بنده خود را نیز از گناهان واهی بازدار .آنها بر من مسلط نشوند، پس من درست خواهم بود و از گناه بزرگ بی گناه خواهم بود.
14ای خداوند، قوت من و نجات دهنده من، سخنان دهان من و تفکر قلب من در نظر تو پسندیده باشد.

فصل 20

) 1مزمور داوود به نوازنده اعظم (.خداوند تو را در روز مصیبت می شنود .نام خدای یعقوب از تو دفاع کند.
2تو را از قدس یاری بفرست و تو را از صهیون نیرومند سازد.
3تمام قربانیهای خود را به خاطر بسپار و قربانی سوختنی خود را بپذیر .صلاح.
4بر حسب دل خود به تو عطا کن و تمام نصایح خود را به انجام رسان.
5در نجات تو شادمان خواهیم شد و به نام خدای خود بیرقهای خود را برافراشتهایم .خداوند تمام خواستههای تو را برآورده سازد.
6اکنون می دانم که خداوند مسح شده خود را نجات می دهد .او او را از آسمان مقدس خود با نیروی نجات بخش دست راست خود خواهد شنید.
7برخی بر ارابهها و برخی بر اسبها اعتماد میکنند، اما نام یهوه خدای خود را به یاد خواهیم آورد.
8آنها فرود آمدند و افتادند، اما ما برخاستهایم و راست ایستادهایم.
9ای خداوند، نجات بده :وقتی ما صدا می کنیم، پادشاه ما را بشنود.

فصل 21

) 1مزمور داوود به نوازنده اعظم (.ای خداوند، پادشاه از قوت تو شادی خواهد کرد .و در نجات تو چقدر خوشحال خواهد شد!
2آرزوی دلش را به او دادی و درخواست لبهایش را دریغ نکردی .صلاح.
3زیرا او را با برکات نیکویی باز میداری و تاجی از طلای ناب بر سر او میگذاری.
4او از تو زندگی خواست و تو به او عطا کردی، حتی روزهای طولانی تا ابدالاباد.
5جلال او در نجات تو بزرگ است، عزت و جلال را بر او نهادی.
6زیرا او را تا ابد برکت بخشیدی و از چهره خود او را بسیار مسرور ساختی.
7زیرا که پادشاه بر خداوند توکل دارد و از رحمت اعلی اعلی متزلزل نخواهد شد.
8دست تو جمیع دشمنانت را خواهد یافت و دست راست تو دشمنانت را خواهد یافت.
9در هنگام غضب خود، آنها را مانند تنور آتشین قرار خواهی داد.
10میوهشان را از زمین نابود خواهی کرد و بذرشان را از میان بنیهای آدمیان.
11زیرا آنها قصد بدی برای تو داشتند و نقشه شیطانی را تصور می کردند که قادر به انجام آن نیستند.
12پس آنها را وادار کن که پشت خود را برگردانند، چون تیرهاي خود را بر تارهاي خود بر روي آنها آماده کني.
13خداوندا، با قوت خود سربلند باش و قدرت تو را سرود خواهیم خواند.

فصل 22

) 1به نوازنده اعظم ایجلث شاهر، مزمور داوود (.خدای من، خدای من، چرا مرا ترک کردی؟ چرا از یاری من و سخنان غرش من دوری؟
2ای خدای من، من در روز گریه می کنم، اما تو نمی شنوی .و در فصل شب، و ساکت نیستم.
3اما تو مقدس هستی، ای ساکن ستایش اسرائیل.
4پدران ما بر تو توکل کردند و توکل کردند و تو آنها را نجات دادي.
5نزد تو فریاد زدند و نجات یافتند و بر تو اعتماد کردند و شرمنده نشدند.
6اما من یک کرم هستم و هیچ انسانی .سرزنش مردم و تحقیر مردم.
7همه کسانی که مرا میبینند به تمسخر من میخندند، لب را بیرون میزنند، سر تکان میدهند و میگویند:
8بر خداوند توکل کرد که او را نجات خواهد داد.
9اما تو آن کسی هستی که مرا از شکم بیرون آوردی.
10من از شکم بر تو افکنده شدم، تو خدای من از شکم مادرم هستی.
11از من دور نباش .زیرا مشکل نزدیک است زیرا هیچ کمکی وجود ندارد
12گاوهای نر بسیار مرا احاطه کرده اند و گاوهای قوی باشان مرا احاطه کرده اند.
13آنها با دهان خود بر من مانند شیر درنده و غرّان شکاف کردند.
14من مانند آب ریخته شدهام و تمام استخوانهایم از بین رفتهاند .قلب من مانند موم است .در میان روده های من ذوب شده است.
15نیروی من مانند سفال خشک شده است .و زبانم به آرواره هایم می چسبد .و مرا به خاک مرگ درآوردی.
16زیرا سگها مرا احاطه کردهاند، جماعت شریران مرا محصور کردهاند، دستها و پاهایم را سوراخ کردهاند.
17میتوانم به تمام استخوانهایم بگویم :آنها به من نگاه میکنند و خیره میشوند.
18جامههای مرا در میان خود تقسیم میکنند و بر لباس من قرعه میاندازند.
19اما ای خداوند، از من دور نباش، ای قوت من، به یاری من بشتاب.
20جان مرا از شمشیر نجات ده .عزیزم از قدرت سگ
21مرا از دهان شیر نجات ده زیرا که از شاخ تک شاخ مرا شنیدی.
22من نام تو را به برادران خود اعلام خواهم کرد و در میان جماعت تو را ستایش خواهم کرد.

23شما که از خداوند می ترسید، او را ستایش کنید .ای فرزندان یعقوب، او را جلال دهید .ای فرزندان اسرائیل از او بترسید.
24زیرا او مصیبت مصیبت زده را تحقیر نکرده و از آن بیزاری نکرده است .و چهره خود را از او پنهان نکرده است .اما چون نزد او فریاد زد، شنید.
25ستایش من از تو در جماعت بزرگ خواهد بود.
26حلیمها میخورند و سیر میشوند و خداوند را که او را میجویند ستایش میکنند، دل تو تا ابدالاباد زنده خواهد ماند.
27تمامی اقصی نقاط جهان خداوند را به یاد خواهند آورد و به سوی او خواهند رفت و تمامی اقوام امتها در حضور تو عبادت خواهند کرد.
28زیرا که پادشاهی از آن خداوند است و او حاکم در میان امتها است.
29همه فربههای روی زمین بخورند و عبادت کنند و هر که به خاک فرود آید در برابر او تعظیم خواهد کرد و هیچکس نمیتواند جان خود را زنده نگه دارد.
30یک نسل او را خدمت خواهد کرد .برای یک نسل برای خداوند حساب خواهد شد.
31آنها خواهند آمد، و عدالت او را به قومی که متولد خواهند شد، اعلام خواهند کرد که او این کار را کرده است.

فصل 23

) 1مزمور داوود (.خداوند شبان من است .من نمی خواهم.
2مرا در مراتع سرسبز خواباند و مرا در کنار آبهای ساکن هدایت کرد.
3او جان مرا باز میگرداند و به خاطر نام خود مرا در راههای عدالت هدایت میکند.
4آری، اگر در وادی سایه مرگ قدم بردارم، از هیچ بدی نخواهم ترسید، زیرا تو با من هستی .عصای تو و عصای تو مرا تسلی می دهند.
5در حضور دشمنانم سفرهای برای من آماده میکنی و سرم را با روغن مسح میکنی .فنجان من می گذرد
۶ بیتردید نیکی و رحمت در تمام روزهای زندگیام به دنبال من خواهد بود و تا ابد در خانه خداوند ساکن خواهم بود.

فصل 24

) 1مزمور داوود (.زمین و پری آن از آن خداوند است .دنیا و ساکنان آن.
2زیرا او آن را بر دریاها بنیان نهاده و بر طوفانها استوار کرده است.
3چه کسی به تپه خداوند بالا خواهد رفت؟ یا چه کسی در مکان مقدس او بایستد؟
4کسی که دستهای پاک و دلی پاک دارد .که جان خود را به باطل نبرده و به فریب سوگند یاد نکرده است.
5او از خداوند برکت و از خدای نجات خود عدالت خواهد یافت.
6ای یعقوب، این نسل طالب اوست و صورت تو را می جویند .صلاح.
7ای دروازهها، سرهای خود را بلند کنید .و ای درهای ابدی، بالا ببرید .و پادشاه جلال وارد خواهد شد.
8این پادشاه جلال کیست؟ خداوند قوی و توانا، خداوند توانا در جنگ.
9ای دروازهها، سرهای خود را بلند کنید .ای درهای ابدی، آنها را بلند کنید .و پادشاه جلال وارد خواهد شد.
10این پادشاه جلال کیست؟ یهوه صبایوت، او پادشاه جلال است .صلاح.

فصل 25

) 1مزمور داوود (.ای خداوند جان خود را به سوی تو برافراشتم.
2ای خدای من، من بر تو توکل دارم، مبادا شرمنده شوم، مبادا دشمنانم بر من پیروز شوند.
3آری، کسی که در انتظار توست شرمنده نشود.
4ای خداوند راههای خود را به من نشان ده .راه هایت را به من بیاموز
5مرا به راستی خود هدایت کن و مرا بیاموز زیرا که تو خدای نجات من هستی .تمام روز منتظر تو هستم
6ای خداوند رحمت و محبت خود را به خاطر بسپار .زیرا آنها همیشه قدیمی بوده اند.
7گناهان جوانی و گناهان من را به یاد مکن، ای خداوند، بر حسب رحمت خود مرا به خاطر نیکوی خود یاد کن.
8خداوند نیکو و درست است، پس گناهکاران را در راه تعلیم خواهد داد.
9حلیم را در داوری راهنمایی میکند و حلیم را راه خود را تعلیم میدهد.
10تمام راههای خداوند رحمت و راستی است برای کسانی که عهد و عهد او را نگاه دارند.
11ای خداوند، به خاطر نام تو، گناه مرا ببخش .زیرا عالی است
12کسی که از خداوند می ترسد کدام است؟ او را به روشی که خودش انتخاب می کند آموزش خواهد داد.
13جان او در آسایش ساکن خواهد شد .و نسل او وارث زمین خواهد بود.
14راز خداوند نزد آنانی است که از او می ترسند .و او عهد خود را به آنها نشان خواهد داد.
15چشمان من همیشه به سوی خداوند است .زیرا او پاهای مرا از تور خواهد کرد.
16به سوی من بگرد و بر من رحم کن .زیرا من ویران و مصیبت زده ام.
17ناراحتیهای دلم بزرگتر شده است، مرا از تنگیهایم بیرون آور.

18به مصیبت و درد من نگاه کن .و تمام گناهانم را ببخش
19دشمنان من را در نظر بگیرید .زیرا آنها بسیارند .و با نفرت بی رحمانه ای از من متنفرند.
20جان مرا حفظ کن و مرا رهایی بخش .زیرا من به تو اعتماد کردم.
21راستی و راستی مرا حفظ کند .زیرا من منتظر تو هستم
22ای خدا، اسرائیل را از تمام مصیبتهایش نجات ده.

فصل 26

) 1مزمور داوود (.ای خداوند مرا داوری کن .زیرا من به درستی خود گام نهادم .بنابراین من نمی لغزید.
2ای خداوند، مرا معاینه کن و مرا آزمایش کن .افسار و قلبم را امتحان کن
3زیرا محبت تو در برابر چشمان من است و در راستی تو سلوک کردم.
4با افراد بیهوده ننشستهام و با معاندان داخل نخواهم شد.
5از جماعت بدکاران متنفرم .و با بدکاران نخواهد نشست.
6ای خداوند، دستهای خود را به بی گناهی خواهم شست و قربانگاه تو را احاطه خواهم کرد.
7تا با صدای شکرگزاری منتشر کنم و همه کارهای شگفتانگیز تو را بگویم.
8خداوندا، من مسکن خانه تو و مکانی را که عزت تو در آن ساکن است دوست داشته ام.
9جانم را با گناهکاران جمع مکن، و جانم را با انسانهای خونین جمع نکن.
10در دست او فساد است و دست راستشان پر از رشوه است.
11اما من به درستی خود راه خواهم رفت، مرا فدیه ده و به من رحم کن.
12پای من در جای مساوی استوار است و در اجتماعات خداوند را برکت خواهم داد.

فصل 27

) 1مزمور داوود (.خداوند نور و نجات من است .از چه کسی بترسم خداوند قوت زندگی من است .از چه کسی بترسم؟
۲ چون شریران، حتی دشمنان من و دشمنان من، بر من آمدند تا گوشت مرا بخورند، لغزیدند و افتادند.
3اگر لشکری بر ضد من اردو بزند، دل من نخواهد ترسید.
4از خداوند یک چیز خواستهام و آن را طلب خواهم کرد .تا تمام روزهای زندگی خود را در خانه خداوند ساکن شوم تا جمال خداوند را ببینم و در معبد او تحقیق کنم.
5زیرا در زمان سختی مرا در غرفه خود پنهان خواهد کرد .او مرا بر سنگی خواهد نشاند.
6و اکنون سر من بر دشمنانم که در اطراف من هستند بالا خواهد رفت .من آواز خواهم خواند، آری، برای خداوند ستایش خواهم کرد.
7ای خداوند وقتی با صدای خود فریاد میزنم بشنو، بر من نیز رحم کن و مرا اجابت کن.
8چون گفتی، صورت مرا بجوی .قلبم به تو گفت« :ای خداوند، صورت تو را خواهم جست«.
9روی خود را از من پنهان مکن .بنده خود را با خشم دور مگذار .تو یاور من بوده ای .مرا رها مکن، ای خدای نجات من، مرا رها مکن.
10وقتی پدر و مادرم مرا ترک کنند، خداوند مرا خواهد برد.
11ای خداوند، راه خود را به من بیاموز و به خاطر دشمنانم مرا به راه راست هدایت کن.
12مرا به اراده دشمنانم تسلیم مکن زیرا که شاهدان دروغین بر ضد من برخاستهاند و کسانی که ظلم را بیرون میدهند.
13من غش کرده بودم، مگر اینکه ایمان بیاورم که نیکی خداوند را در زمین زندگان ببینم.
14برای خداوند منتظر باش، شجاع باش و او قلب تو را قوی خواهد کرد.

فصل 28

) 1مزمور داوود (.ای خداوند صخره من به سوی تو فریاد خواهم زد .در برابر من ساکت مکن، مبادا اگر در برابر من ساکت باشی، مانند کسانی شوم که در گودال فرو می روند.
2هنگامی که به سوی تو فریاد می زنم، هنگامی که دستان خود را به سوی پیشگاه مقدس تو بلند می کنم، صدای تضرع مرا بشنو.
3مرا با شریران و گناهکاران که با همسایگان خود صلح میگویند، دور مکن، اما در دلهایشان شرارت است.
4بر حسب اعمالشان و برحسب شرارت کوششهایشان به آنها بدهید .بیابانشان را به آنها بده.
5چون به کارهای خداوند و عمل دستهای او توجهی ندارند، آنها را نابود خواهد کرد و بنا نخواهد کرد.
6خداوند متبارک باد، زیرا او صدای تضرع مرا شنید.
7خداوند قوت و سپر من است .دل من به او اعتماد کرد و یاری شدم .و با آهنگ خود او را ستایش خواهم کرد.
8خداوند قوت ایشان است و او قوت نجات دهنده مسحشدهاش است.
9قوم خود را نجات ده و میراث خود را برکت ده و آنها را نیز تغذیه کن و آنها را برای همیشه بالا ببر.

فصل 29

) 1مزمور داوود (.ای قدرتمندان، به خداوند جلال و قوت بدهید.
2جلال نام او را به خداوند بدهید .خداوند را در زیبایی تقدس پرستش کنید.
3صدای خداوند بر آبهاست، خدای جلال رعد میزند و خداوند بر آبهای بسیار است.
4صدای خداوند قدرتمند است .صدای خداوند سرشار از عظمت است.
5آواز خداوند سروها را می شکند .آری، خداوند سروهای لبنان را می شکند.
6او آنها را نیز مانند گوساله میپرد .لبنان و سیریون مثل یک اسب شاخدار جوان.
۷ صدای خداوند شعلههای آتش را تقسیم میکند.
8صدای خداوند بیابان را می لرزاند .خداوند بیابان قادش را می لرزاند.
9آواز خداوند ماهیها را میسازد و جنگلها را مییابد و در هیکل او هرکس از جلال خود سخن میگوید.
10خداوند بر سیل مینشیند .آری، خداوند برای همیشه پادشاه مینشیند.
11خداوند قوم خود را قوت خواهد بخشید .خداوند قوم خود را برکت خواهد داد.

فصل 30

) 1مزمور و سرود در تقدیم خاندان داود (.ای خداوند تو را ستایش خواهم کرد .زیرا که مرا بلند کردی و دشمنانم را بر من شادی نکردی.
2ای یهوه خدای من، نزد تو فریاد زدم و تو مرا شفا دادی.
3ای خداوند جان مرا از قبر بیرون آوردی و مرا زنده نگه داشتی تا به گودال پایین نروم.
4ای مقدسین او برای خداوند بخوانید و به یاد قدوسیت او سپاسگزاری کنید.
5زیرا خشم او یک لحظه باقی می ماند .به نفع او زندگی است :گریه ممکن است تا یک شب ادامه یابد، اما شادی در صبح است.
6و در سعادت خود گفتم، هرگز متاثر نخواهم شد.
۷ خداوندا، به لطف خود کوه مرا استوار ساختی و روی خود را پنهان کردی و من مضطرب شدم.
8ای خداوند، نزد تو فریاد زدم .و به درگاه خداوند تضرع کردم.
9وقتی به گودال پایین میروم، خون من چه سودی دارد؟ آیا خاک تو را ستایش کند؟ آیا حقیقت شما را اعلام خواهد کرد؟
10ای خداوند بشنو و بر من رحم کن :خداوندا، تو یاور من باش.
11ماتم را برای من به رقص تبدیل کردی.
12تا جلال من تو را ستایش کند و سکوت نکند .ای یهوه خدای من، تو را تا ابد شکر خواهم کرد.

فصل 31

) 1مزمور داوود به نوازنده اعظم (.ای خداوند، بر تو توکل می کنم .بگذار هرگز خجالت نکشم، مرا به عدالتت رهایی بخش.
2گوش خود را به من خم کن .مرا به سرعت رهایی بخش.
3زیرا تو صخره و قلعه من هستی .پس به خاطر نام تو مرا هدایت کن و مرا راهنمایی کن.
4مرا از توری که برای من پنهان کردهاند بیرون بکش، زیرا تو قوت من هستی.
۵ روح خود را به دست تو میسپارم، ای یهوه خدای راستی، تو مرا فدیه دادی.
6از کسانی که به بیهودگی های دروغ می اندیشند متنفرم، اما بر خداوند توکل دارم.
7از رحمت تو شادمان و مسرور خواهم شد، زیرا تو به مصیبت من توجه کرده ای .تو روح مرا در سختی ها شناختی.
8و مرا به دست دشمن نبستی، پاهایم را در اتاق بزرگی نهادی.
9ای خداوند بر من رحم کن، زیرا در تنگنا هستم، چشم من از غم و اندوه نابود شده است، آری، جان و شکم من.
10زیرا زندگی من با اندوه و سالهای من با آه سپری شده است.
11در میان همه دشمنانم، به ویژه در میان همسایگانم، مایه سرزنش و برای آشنایان خود ترس بودم.
12من مانند مردهای از ذهن فراموش شدهام، مانند ظرف شکستهای هستم.
13زیرا من تهمت بسیاری را شنیدهام، ترس همه جانبه را فراگرفته بود، در حالی که با هم بر ضد من مشورت میکردند، میاندیشیدند که جان مرا بگیرند.
14اما خداوندا بر تو توکل کردم و گفتم تو خدای من هستی.
15روزگار من در دست توست، مرا از دست دشمنانم و از آنانی که به من جفا میکنند، رهایی بخش.
16صورت خود را بر بنده خود بدرخش، مرا به خاطر رحمت خود نجات ده.
17ای خداوند خجالت نکش .زیرا من تو را خواندم :شریران شرمنده شوند و در قبر ساکت باشند.
18لبهای دروغگو ساکت شوند .که سخنان دردناک را با غرور و تحقیر در برابر صالحان بیان می کنند.
19و چقدر نیکویی تو که برای آنانی که از تو می ترسند ذخیره کرده ای .برای کسانی که بر تو توکل می کنند در حضور بنی انسان عمل کردی!
20آنها را در راز حضور خود از غرور انسان مخفی خواهی کرد و آنها را پنهانی در غرفه ای از نزاع زبانها نگاه داری.
21خداوند متبارک باد، زیرا او مهربانی شگفتانگیز خود را در شهری قوی به من نشان داده است.

22زیرا من در عجله خود گفتم :من از پیش چشم تو منقطع شده ام.
23ای جمیع مقدّسین او، خداوند را دوست بدارید، زیرا خداوند امینان را حفظ میکند و متکبران را بسیار پاداش میدهد.
24ای شما که به خداوند امید دارید، دلیر باشید و او قلب شما را تقویت خواهد کرد.

فصل 32

) 1مزمور داوود، مسخیل (.خوشا به حال کسی که گناهش آمرزیده شود و گناهش پوشیده شود.
2خوشا به حال مردی که خداوند او را گناهی نمیداند و در روحش نیرنگ نیست.
3وقتی سکوت کردم، استخوانهایم از غرش من در تمام روز پیر شد.
4زیرا روز و شب دست تو بر من سنگین بود و رطوبت من به خشکسالی تابستان تبدیل شد .صلاح.
5گناه خود را نزد تو اعتراف کردم و گناه خود را پنهان نکردم .گفتم :به گناهان خود نزد خداوند اعتراف خواهم کرد .و تو از گناه من گذشتی .صلاح.
6زیرا هر که خداپرست باشد در زمانی که تو پیدا شوی این را به تو دعا خواهد کرد.
7تو مخفیگاه من هستی .تو مرا از مصیبت حفظ خواهی کرد .مرا با سرودهای نجات محاصره خواهی کرد .صلاح.
8تو را تعلیم خواهم داد و راهی را که خواهی رفت به تو تعلیم خواهم داد و با چشم خود تو را راهنمایی خواهم کرد.
9مثل اسب یا قاطر نباشید که عقل ندارند، که باید دهانش را با گز و افسار گرفت، مبادا به تو نزدیک شوند.
10برای شریر غم و اندوه فراوان خواهد بود، اما هر که بر خداوند توکل کند، رحمت او را فرا خواهد گرفت.
11ای عادلان، در خداوند شادی کنید و شادی کنید، و ای جمیع راست دلان، فریاد شادی سر دهید.

فصل 33

1ای عادلان، در خداوند شادی کنید، زیرا که ستایش برای صالحان پسندیده است.
2خداوند را با چنگ ستایش کنید و با مزمور و ساز ده تار برای او بخوان.
3برای او آواز جدیدی بخوان .با صدای بلند ماهرانه بازی کنید
4زیرا کلام خداوند راست است .و تمام کارهای او در حقیقت انجام می شود.
5عدالت و انصاف را دوست دارد، زمین از نیکویی خداوند پر است.
6به فرمان خداوند آسمانها ساخته شد .و جمیع لشکر ایشان با نفس دهان او.
7آبهای دریا را مثل تودهای جمع میکند و اعماق را در انبارها میگذارد.
8همهی زمین از خداوند بترسند و همه ساکنان جهان از او بیمناک باشند.
9زیرا او گفت، و تمام شد .دستور داد و محکم ایستاد.
10خداوند نظر امتها را باطل میسازد و مکر قوم را باطل میسازد.
11نصیحت خداوند تا ابد باقی است و اندیشههای دل او برای نسلهای دیگر است.
12خوشا به حال قومی که خدای او خداوند است .و مردمی را که برای میراث خود برگزیده است.
13خداوند از آسمان مینگرد .او همه پسران انسان را می بیند.
14او از محل سکونت خود به تمامی ساکنان زمین می نگرد.
15او دلهای ایشان را یکسان می سازد .او همه کارهای آنها را در نظر می گیرد.
16هیچ پادشاهی با انبوه لشکر نجات نمییابد.
17اسب برای امنیت بیهوده است و با نیروی عظیم خود کسی را رهایی نخواهد داد.
18اینک چشم خداوند بر آنانی است که از او می ترسند، بر آنانی که به رحمت او امیدوارند.
19تا جان ایشان را از مرگ نجات دهند و ایشان را در قحطی زنده نگه دارند.
20جان ما در انتظار خداوند است .او کمک و سپر ما است.
21زیرا که قلب ما در او شاد خواهد شد، زیرا به نام مقدس او اعتماد کردهایم.
22ای خداوند رحمت تو بر ما باد، چنانکه به تو امید داریم.

فصل 34

) 1مزمور داوود، هنگامی که رفتار خود را در مقابل ابیملک تغییر داد، که او را راند، و او رفت (.خداوند را همیشه برکت خواهم داد، ستایش او پیوسته در دهان من خواهد بود.
2جان من در خداوند فخر خواهد کرد و فروتنان آن را خواهند شنید و خوشحال خواهند شد.
3خداوند را با من بزرگ نمایی و نام او را با هم ستایش کنیم.
4خداوند را طلبیدم و او مرا شنید و مرا از همه ترسهایم نجات داد.
5به او نگاه کردند و سبک شدند و چهرههایشان شرمنده نشد.
6این مرد فقیر گریه کرد و خداوند او را شنید و او را از تمام مشکلات نجات داد.
۷ فرشته خداوند در اطراف ترسندگان او اردو زده، ایشان را نجات میدهد.

٨ بچشید و ببینید که خداوند نیکو است، خوشا به حال کسی که بر او توکل کند
9ای مقدّسین او از خداوند بترسید، زیرا که برای آنان که از او می ترسند، نیازی نیست.
10شیرهای جوان کمبود دارند و از گرسنگی رنج میبرند، اما آنانی که خداوند را میطلبند هیچ چیز خوبی را نخواهند داشت.
11ای فرزندان، بیایید، به من گوش فرا دهید تا ترس خداوند را به شما بیاموزم.
12کیست کسی است که زندگی میخواهد و روزهای بسیار را دوست دارد تا خیر ببیند؟
13زبانت را از شرّ و لبانت را از سخن گفتن حیله نگاه دار.
14از شر دور شوید و نیکی کنید .به دنبال صلح باشید و آن را دنبال کنید.
15چشمان خداوند بر عادلان است و گوشهای او به فریاد ایشان باز است.
16وجهه خداوند در برابر بدکاران است تا یاد ایشان را از روی زمین قطع کند.
17عادلان فریاد میزنند و خداوند میشنود و ایشان را از تمامی مصیبتهایشان رهایی میبخشد.
18خداوند به کسانی که دل شکسته اند نزدیک است .و کسانی را که دارای روح پشیمان هستند نجات می دهد.
19مصیبتهای عادل بسیار است، اما خداوند او را از همه آنها نجات میدهد.
20او تمام استخوانهای خود را نگاه میدارد و یکی از آنها شکسته نمیشود.
21شر شریر را خواهد کشت و آنانی که از پارسا نفرت دارند ویران خواهند شد.
22خداوند جان بندگان خود را فدیه می دهد و هیچ یک از کسانی که بر او توکل می کنند ویران نخواهد شد.

فصل 35

) 1مزمور داوود (.ای خداوند، با آنانی که با من ستیزه میکنند، از من دفاع کن و با آنانی که با من میجنگند، بجنگ.
2سپر و سپر را بگیرید و برای کمک من بایستید.
3نیزه را بیرون بیاور و راه را در برابر کسانی که به من جفا میکنند بازدار، به جان من بگو، من نجات تو هستم.
4آنانی که جویای جان من میشوند، شرمنده و شرمنده شوند، و آنانی که به آزار من میاندیشند، برگردند و سرگردان شوند.
5مانند کاه در برابر باد باشند و فرشته خداوند آنها را تعقیب کند.
۶ راه ایشان تاریک و لغزنده باشد و فرشته خداوند ایشان را جفا کند.
7زیرا بدون دلیل تور خود را برای من در گودالی پنهان کردهاند که بی دلیل برای جان من کندهاند.
8هلاکت ناآگاه بر او بیاید .و توری که پنهان کرده است، خود را بگیرد.
9و جان من در خداوند شادی خواهد کرد و در نجات او شادی خواهد کرد.
10تمام استخوانهای من خواهند گفت :خداوندا، کیست که مثل توست که فقیر را از دست او که برای او قوی است، آری، فقیر و فقیر را از غارت میکند؟
11شاهدان دروغین برخاستند .آنها چیزهایی را به من تحمیل کردند که من نمی دانستم.
12بدی را در عوض نیکی به من دادند تا جانم را غارت کنند.
13امّا من وقتی مریض بودم، جامهام جامهای بود .و دعای من به آغوش خودم بازگشت.
14چنان رفتار کردم که گويي او دوست يا برادر من است و به سختي سر تعظيم فرود آوردم، مانند کسي که براي مادرش سوگوار است.
15اما در مصیبت من شادی کردند و خود را دور هم جمع کردند .آنها مرا پاره کردند و دست از کار کشیدند:
۱۶ با مسخرهکنندگان ریاکار در اعیاد، دندانهای خود را بر من میساییدند.
17خداوندا، تا کی میخواهی نگاه کنی؟ جان مرا از هلاکت آنها نجات ده، عزیزم را از شر شیرها.
18تو را در جماعت بزرگ شکر خواهم کرد و تو را در میان مردم بسیار ستایش خواهم کرد.
19دشمنان من به ناحق بر من شادی نکنند و با چشمانی که بی دلیل از من نفرت دارند چشمک نزنند.
20زیرا آنها صلح نمی گویند، بلکه برای ساکتان در زمین مکر می کنند.
21آری، دهان خود را بر من باز کردند و گفتند :آها، آها، چشم ما آن را دیده است.
22ای خداوند این را دیدی، سکوت مکن، خداوندا از من دور مباش.
23خودت را برانگیخته و برای داوری من بیدار شو، برای من، خدای من و خداوند من.
24ای یهوه خدای من مرا برحسب عدالت خود داوری کن .و بر من شاد نشوند.
25در دل خود نگویند» :آه، ما هم چنین میخواهیم «.نگویند ما او را بلعیدهایم.
26آنانی که از صدمه من شادی میکنند، شرمنده و سرگردان گردند.
27آنانی که به امر عادلانه من لطف می کنند، فریاد شادی فریاد بزنند و شاد باشند، آری، پیوسته بگویند :خداوند بزرگ شود که از سعادت بنده خود خشنود است.
28و زبان من تمام روز از عدالت و ستایش تو سخن خواهد گفت.

فصل 36

) 1به نوازنده اعظم، مزمور داوود، بنده خداوند (.گناه شریر در دل من می گوید که ترسی از خدا در برابر چشمان او نیست.
2زیرا او خود را در نظر خود چاپلوسی میکند تا زمانی که گناه او منفور شناخته شود.
3سخنان دهان او گناه و نیرنگ است.

4بر بستر خود شرارت میاندیشد .او خود را در راهی قرار می دهد که خوب نیست .او از شر بیزار نیست.
5ای خداوند رحمت تو در آسمان است .و وفاداری تو به ابرها می رسد.
6عدالت تو مانند کوههای بزرگ است .داوری تو ژرفای بزرگی است :ای خداوند، تو انسان و حیوان را حفظ می کنی.
7ای خدا، محبت تو چقدر عالی است !بنابراین فرزندان انسان زیر سایه بالهای تو اعتماد می کنند.
8از فربهی خانه تو بسیار سیر خواهند شد .و آنها را از نهر خوشی هایت نوش خواهی کرد.
9زیرا چشمه حیات نزد توست، در نور تو نور خواهیم دید.
10ای محبت خود را نسبت به آنانی که تو را می شناسند ادامه ده .و عدالت تو به راست دل.
11مبادا پای غرور بر من بیاید و دست شریر مرا از بین نبرد.
12آنجاست که مرتکب گناه افتادهاند، افکنده شدهاند و نمیتوانند برخیزند.

فصل 37

) 1مزمور داوود (.از شرارتان غمگین مباش و بر گناهکاران حسادت مکن.
2زیرا آنها به زودی مانند علف قطع خواهند شد و مانند سبزه سبز پژمرده خواهند شد.
3بر خداوند توکل کن و نیکی کن .پس در زمین ساکن خواهی شد و به یقین سیراب خواهی شد.
4خودت را نیز در خداوند خشنود کن .و او خواسته های دلت را به تو خواهد داد.
5راه خود را به خداوند بسپار .همچنین به او اعتماد کنید ;و او آن را تحقق خواهد بخشید.
6و عدالت تو را مانند نور و داوری تو را مانند ظهر بیرون خواهد آورد.
7در خداوند آرام بگیرید و برای او شکیبا باشید .از کسی که در راه او موفق میشود، بهخاطر کسی که مکرهای شیطانی را انجام میدهد، ناراحت نباش.
8خشم خود را رها کن و خشم را رها کن.
9زیرا که بدکاران منقطع خواهند شد، اما کسانی که بر خداوند امید دارند، وارث زمین خواهند بود.
10برای مدتی کوتاه، و شریر نخواهد بود.
11اما حلیم وارث زمین خواهد شد .و خود را از فراوانی صلح لذت خواهند برد.
12شریر علیه عادل مکر میکند و دندانهایش را بر او میساید.
13خداوند به او خواهد خندید زیرا او می بیند که روز او فرا می رسد.
14شریران شمشیر را بیرون آوردهاند و کمان خود را خم کردهاند تا فقیران و نیازمندان را به زیر بیاندازند و کسانی را که صادق هستند بکشند.
15شمشیر ایشان در قلب ایشان وارد خواهد شد و کمان ایشان شکسته خواهد شد.
16اندکی که انسان عادل دارد بهتر از ثروت بسیاری از شریر است.
17زیرا که بازوهای شریر شکسته خواهد شد، اما خداوند عادلان را حمایت میکند.
18خداوند روزهای راستها را میداند و میراث ایشان تا ابدالاباد خواهد بود.
19در زمان بد شرمنده نخواهند شد و در روزهای قحطی سیر خواهند شد.
20اما شریران هلاک خواهند شد و دشمنان خداوند مانند چربی برهها خواهند بود .دود خواهند خورد.
21شریر قرض میگیرد و دوباره نمیپردازد، اما عادل رحم میکند و میدهد.
22زیرا کسانی که از او برکت یافته باشند، وارث زمین خواهند بود .و کسانی که از او لعنت شده اند منقطع خواهند شد.
23قدمهای انسان نیکو را خداوند دستور میدهد و او از راه خود لذت میبرد.
24و اگر بیفتد، بهکلی پایین انداخته نخواهد شد، زیرا خداوند او را با دست خود نگه میدارد.
25من جوان بودم و اکنون پیر شده ام .اما من عادل را رها نکردهام، و نه نسل او را که نان گدایی میکند.
26او همیشه مهربان است و قرض می دهد .و بذر او مبارک است.
27از شر دور شوید و نیکی کنید .و برای همیشه ساکن شو
28زیرا خداوند داوری را دوست دارد و مقدسین خود را ترک نمیکند .آنها برای همیشه حفظ می شوند، اما نسل شریران قطع خواهد شد.
29صالحان وارث زمین خواهند شد و تا ابد در آن ساکن خواهند شد.
30دهان عادل حکمت میگوید و زبانش حکمت میگوید.
31شریعت خدای او در دل اوست .هیچ یک از قدم های او نمی لغزد.
32شریر عادل را تماشا میکند و میخواهد او را بکشد.
33خداوند او را در دست خود رها نخواهد کرد و او را محکوم نخواهد کرد.
34در خداوند منتظر باش و راه او را حفظ کن و او تو را برای وارث زمین بالا خواهد برد.
35شریر را در قدرتی عظیم دیدم که خود را مانند درخت خلیج سرسبز میگستراند.
36اما او از دنیا رفت و اینک نبود.
37انسان کامل را علامت گذاری کنید و عادل را بنگرید زیرا غایت آن انسان سلامتی است.
38اما متخلفان با هم هلاک خواهند شد و عاقبت شریران منقطع خواهد شد.
39امّا نجات عادلان از خداوند است .او قوت ایشان در زمان مصیبت است.

40و خداوند ایشان را یاری خواهد داد و ایشان را رهایی خواهد بخشید و ایشان را از شریر نجات خواهد داد و ایشان را نجات خواهد داد، زیرا بر او توکّل دارند.

فصل 38

) 1مزمور داوود برای یادآوری (.ای خداوند، در خشم خود مرا سرزنش مکن و در خشم خود مرا تنبیه مکن.
2زیرا تیرهای تو به من میچسبد و دست تو مرا به شدت فشار میدهد.
3از خشم تو در جسم من سالم نیست .و به خاطر گناهم در استخوانهایم آرامشی نیست.
4زیرا گناهانم بر سرم رفته است و برای من سنگین هستند.
5زخمهایم بهسبب حماقتام بدبو و فاسد شدهاند.
6من مضطرب هستم .من به شدت سر تعظیم فرود آورده ام .من تمام روز را به عزاداری می پردازم.
7زیرا کمر من از بیماری نفرت انگیز پر شده است و تن من سالم نیست.
8من ضعیف و دردناک هستم و از ناراحتی قلبم غرش کردهام.
9خداوندا، تمام آرزوهای من در حضور توست .و ناله من از تو پوشیده نیست.
10دل من هوس میکند و قوت من را از دست میدهد و نور چشمانم نیز از من رفته است.
11دوستداران و دوستان من از زخم من دوری میکنند .و خویشاوندان من از دور مي ايستند.
12و آنانی که جویای جان من میشوند برای من دام میاندازند و آنانی که آزار من را میطلبند، سخنان ناپسند میگویند و تمام روز فریبکاری را تصور میکنند.
13اما من به عنوان یک مرد ناشنوا نشنیدم .و من مانند مردی گنگ بودم که دهان خود را نمی گشاید.
14بنابراین من مانند مردی بودم که نمی شنود و در دهانش هیچ سرزنشی نیست.
15زیرا ای خداوند، به تو امید دارم، ای خداوند، خدای من، تو خواهی شنید.
16زیرا گفتم :مرا بشنو تا مبادا بر من شادی کنند.
17زیرا من آماده توقف هستم و اندوه من پیوسته پیش روی من است.
18زیرا من گناه خود را اعلام خواهم کرد .از گناهم پشیمان خواهم شد.
19امّا دشمنان من سرزنده و نیرومندند و کسانی که به ناحق از من نفرت دارند زیاد میشوند.
20همچنین کسانی که بدی را به نیکی می دهند، دشمن من هستند .زیرا من از چیزی که خوب است پیروی می کنم.
21ای خداوند مرا ترک مکن، ای خدای من، از من دور مباش.
22ای خداوند نجات من به کمک من بشتاب.

فصل 39

) 1به نوازنده اعظم، حتی به جدوتون، مزمور داوود (.گفتم :به راههای خود توجه خواهم داشت که با زبان خود گناه نکنم .من
2از سکوت گنگ بودم، حتی از نیکی سکوت کردم .و اندوه من برآشفته شد.
3در درونم داغ بود، در حالی که در فکر آتش سوزان بودم، آنگاه با زبان خود گفتم.
4خداوندا، به من عاقبت و میزان روزهایم را بشناسان که آن چیست .تا بفهمم چقدر ضعیفم
5اینک، تو ایام مرا به اندازه یک دست ساختهای .و عصر من در برابر تو مانند هیچ است .صلاح.
6بیتردید هر کس در ظاهر بیهوده راه میرود، همانا بیهوده مضطرب میشوند، ثروت جمع میکند و نمیداند چه کسی آنها را جمع خواهد کرد.
7و اکنون، خداوند، منتظر چه هستم؟ امید من به توست
8مرا از تمام گناهانم رهایی بخش، و مرا سرزنش نادانان مباش.
9گنگ بودم، دهانم را باز نکردم .چون تو انجامش دادی
10سکته خود را از من دور کن، از ضربات دست تو نابود شدم.
11هنگامی که با سرزنش انسان را به گناه اصلاح میکنی، زیبایی او را مانند پروانه از بین میبری، زیرا هر کس باطل است .صلاح.
12ای خداوند دعای مرا بشنو و فریاد مرا بشنو .در برابر اشکهای من سکوت مکن، زیرا من با تو غریبم و مانند تمام پدرانم غریبم.
13از من بگذر تا قبل از رفتن از اینجا قوت پیدا کنم و دیگر نباشم.

فصل 40

) 1مزمور داوود به نوازنده اعظم (من صبورانه منتظر خداوند بودم .و به من متمایل شد و فریاد مرا شنید.
2مرا نیز از گودال وحشتناکی از خاک گل آلود بیرون آورد و پاهایم را بر صخرهای نهاد و مسیرهای مرا استوار کرد.
3و آواز تازهای را در دهان من قرار داده است که خدای ما را ستایش میکند.
4خوشا به حال کسی که خداوند را توکل میکند و متکبران را گرامی نمیدارد و به دروغگویی روی نمیآورد.
5ای خداوند، خدای من، کارهای شگفتانگیز تو که انجام دادهای، و اندیشههای تو برای ما بسیار است .آنها را نمیتوان برای تو حساب کرد .می توان شماره گذاری کرد.

6قربانی و قربانی نخواستی .گوشهایم را باز کردی، قربانی سوختنی و قربانی گناه نخواهی.
۷ آنگاه گفتم» :اینک من میآیم «.در جلد کتاب درباره من نوشته شده است.
۸ ای خدای من از انجام اراده تو لذت می برم، آری، شریعت تو در قلب من است.
9در جماعت بزرگ عدالت را موعظه کردم، ای خداوند، تو می دانی، اینک، لبهای خود را دریغ نکرده ام.
10عدالت تو را در دل خود پنهان نکردهام .من وفاداری و نجات تو را اعلام کردم، محبت و حقیقت تو را از جماعت بزرگ پنهان نکردم.
11ای خداوند رحمت خود را از من دریغ مکن، مهربانی و راستی تو همیشه مرا حفظ کند.
12زیرا که بدیهای بیشمار مرا احاطه کردهاند، گناهانم مرا فراگرفته است و نمیتوانم به بالا نگاه کنم .آنها بیشتر از موهای سر من هستند.
13ای خداوند، از رهایی مرا خشنود باش، ای خداوند، به یاری من بشتاب.
14آنانی که میخواهند جان من را نابود کنند، شرمنده و شرمنده باشند .بگذار آنها را به عقب برانند و شرمنده شوند که آرزوی بدی برای من دارند.
15آنانی که به من میگویند آها، آها، برای پاداش شرم خود ویران شوند.
16همه آنانی که تو را میطلبند از تو شادی و شادمانی داشته باشند.
17اما من فقیر و نیازمندم .اما خداوند در مورد من فکر می کند .تو یاور و نجات دهنده من هستی .درنگ نکن، خدای من.

فصل 41

) 1مزمور داوود به نوازنده اعظم (.خوشا به حال کسی که به فقیران توجه کند .خداوند او را در زمان سختی نجات خواهد داد.
2خداوند او را حفظ خواهد کرد و او را زنده نگاه خواهد داشت .و او بر روی زمین برکت خواهد یافت و تو او را به اراده دشمنانش تسلیم نخواهی کرد.
3خداوند او را در بستر بیماری استوار میسازد و تمام بستر او را در مرضش میسازی.
4گفتم :خداوندا، بر من رحم کن .جان مرا شفا بده .زیرا من به تو گناه کرده ام.
5دشمنان من در مورد من بد می گویند، او کی می میرد و نامش هلاک می شود؟
6و اگر به دیدن من بیاید، بیهوده می گوید .وقتی به خارج از کشور می رود، آن را می گوید.
7همه کسانی که از من نفرت دارند علیه من زمزمه میکنند و بر علیه من آزار مرا میاندیشند.
8آنها می گویند که یک بیماری بد به او می چسبد و اکنون که او دراز می کشد، دیگر بر نمی خیزد.
9آری، دوست آشنای من که به او اعتماد داشتم و از نان من می خورد، پاشنه خود را بر ضد من بلند کرده است.
10اما تو، ای خداوند، بر من رحم کن و مرا برخیز تا آنها را جزا دهم.
11از این رو می دانم که به من لطف می کنی، زیرا دشمن من بر من پیروز نمی شود.
12و اما من، تو مرا در صداقتم حمایت میکنی، و مرا برای همیشه در پیشگاه خود قرار میدهی.
13یهوه خدای اسرائیل از ازل تا ابدالاباد متبارک باد .آمین و آمین

فصل 42

) 1برای پسران قورح، ماشیل، نوازنده اعظم (.همانطور که گوزن به دنبال جویبارهای آب است، روح من نیز به دنبال تو، ای خدا.
2جان من تشنه خدا، خدای زنده است، کی بیایم و در حضور خدا ظاهر شوم؟
3اشکهای من شب و روز غذای من بودند، در حالی که پیوسته به من می گویند :خدای تو کجاست؟
4وقتی این چیزها را به یاد میآورم، جان خود را در خود میریزم، زیرا با جمعیت رفته بودم، با صدای شادی و ستایش با جماعتی که عید را نگه میداشتند، به خانه خدا رفتم.
5ای جان من چرا افول میکنی؟ و چرا در من مضطرب هستی؟ به خدا امید داری، زیرا من هنوز او را به خاطر یاری صورتش ستایش خواهم کرد.
6ای خدای من، جان من در درون من افکنده شده است، پس تو را از سرزمین اردن و از هرمونیان از تپه میزار به یاد خواهم آورد.
7ژرفاً از سر و صدای آبهای تو به اعماق میآید.
8امّا خداوند به محبت خود در روز فرمان خواهد داد و در شب آواز او با من خواهد بود و دعای من برای خدای جانم خواهد بود.
9به خدا سنگ من خواهم گفت، چرا مرا فراموش کردی؟ چرا از ظلم دشمن عزادار می شوم؟
10دشمنانم مانند شمشیر در استخوانهایم مرا ملامت میکنند .در حالی که هر روز به من می گویند خدای تو کجاست؟
11ای جان من چرا افول کردی؟ و چرا در درون من مضطرب هستی؟ به خدا امید داری، زیرا من هنوز او را که سلامتی صورت من و خدای من است ستایش خواهم کرد.

فصل 43

1ای خدا، مرا داوری کن، و در برابر قوم بیخدایی به دفاع از من بپرداز.
۲ زیرا تو خدای قوت من هستی، چرا مرا طرد میکنی؟ چرا از ظلم دشمن عزادار می شوم؟
3نور و حقیقت خود را بفرست .بگذار آنها مرا هدایت کنند .مرا به تپه مقدست و به خیمه های تو بیاورند.
4آنگاه به قربانگاه خدا خواهم رفت، نزد خدا شادی بینظیر خود.

5ای جان من چرا افول میکنی؟ و چرا در درون من مضطرب هستی؟ به خدا امیدوار باشید، زیرا من هنوز او را ستایش خواهم کرد که سلامتی صورت من و خدای من است.

فصل 44

) 1خطاب به ماسکیل، نوازنده اعظم پسران قورح (.ای خدا، ما با گوش خود شنیده ایم، پدران ما به ما گفته اند که تو در روزگار آنها چه کار کردی.
2چگونه امتها را با دست خود بیرون کردی و آنها را کاشتی .چگونه مردم را آزار دادی و آنها را بیرون کردی.
3زیرا آنها زمین را به شمشیر خود تصرف نکردند و بازوی خود آنها را نجات نداد، بلکه دست راست تو و بازوی تو و نور چهره تو، زیرا بر آنها لطف داشتی.
4ای خدا تو پادشاه من هستی.
5بهوسیله تو دشمنان خود را هلاک خواهیم کرد و بهوسیله نام تو آنها را زیر پا قیام علیه ما زیر پا خواهیم گذاشت.
6زیرا به کمان خود اعتماد نخواهم کرد و شمشیر من مرا نجات نخواهد داد.
۷ اما تو ما را از شر دشمنانمان نجات دادی و آنانی را که از ما متنفر بودند شرمنده ساختی.
8تمام روز به خدا میبالیم و نام تو را تا ابد ستایش میکنیم .صلاح.
9اما تو ما را طرد کردی و ما را شرمنده کردی .و با ارتش ما پیش نمی آید.
10تو ما را از دشمن برمیگردانی و کسانی که از ما نفرت دارند برای خود غارت میکنند.
11ما را مانند گوسفندی که برای خوردن غذا تعیین کردهاند، بخشیدهای .و ما را در میان بتها پراکنده کرد.
12تو قوم خود را بیهوده میفروشی و بر دارایی خود به قیمت آنها نمیافزای.
13ما را برای همسایگان خود مایه سرزنش و برای اطرافیانمان مایه تمسخر و تمسخر قرار میدهی.
14تو ما را در میان امتها سخنی مضحک و در میان مردم سر تکان میدهی.
15آشفتگی من پیوسته در برابر من است و شرم صورتم مرا فراگرفته است.
16برای صدای کسی که سرزنش می کند و کفر می گوید .به خاطر دشمن و انتقامجو
17همه اینها بر سر ما آمده است .اما ما تو را فراموش نکردهایم و در عهد و پیمان تو باطل نکردهایم.
18دل ما به عقب برگشته و قدمهای ما از راه تو منحرف نشده است.
19اگر چه ما را در جای اژدها بشدت شکستی و سایه مرگ ما را پوشاندی.
20اگر نام خدای خود را فراموش کردهایم یا دست خود را به سوی خدای غریب دراز کردهایم.
21آیا خدا این را بررسی نمی کند؟ زیرا او اسرار دل را می داند.
22آری، به خاطر تو در تمام روز کشته می شویم .ما به عنوان گوسفند برای ذبح به حساب می آییم.
23ای خداوند، بیدار، چرا می خوابی؟ برخیز، ما را برای همیشه دور نکن.
24چرا چهره خود را پنهان می کنی و مصیبت و ستم ما را فراموش می کنی؟
25زیرا جان ما به خاک خم شده است و شکم ما به زمین میچسبد.
26برای کمک ما برخیز و به خاطر رحمت خود ما را فدیه بده.

فصل 45

) 1به نوازنده اعظم شوشانیم، برای پسران قورح، ماشیل، آواز عشق (.قلب من چیز خوبی را می گوید :از چیزهایی می گویم که برای شاه ساخته ام :زبان من قلم است .یک نویسنده آماده
2تو از فرزندان انسان زیباتر هستی، فیض بر لبانت ریخته شده است، پس خدا تو را تا ابد برکت داده است.
3شمشیر خود را بر ران خود ببند، ای قدرتمندترین، با جلال و عظمتت.
4و در عظمت خود به سبب راستی و فروتنی و عدالت سواری موفق باش .و دست راست تو چیزهای وحشتناکی به تو خواهد آموخت.
5تیرهای تو در دل دشمنان پادشاه تیز است .به موجب آن مردم زیر دست تو میافتند.
6ای خدا، تخت تو تا ابدالاباد است و عصای پادشاهی تو عصای راست است.
۷ تو عدالت را دوست میداری و از شرارت متنفری، پس خدا، خدای تو، تو را به روغن شادی بالاتر از همنوعانت مسح کرده است.
8تمام جامههایت بوی مر و آلوئه و کاسیا از کاخهای عاج میدهد که تو را به وسیله آنها شاد میکنند.
9دختران پادشاهان در میان زنان شریف تو بودند و ملکه طلای اوفیر در دست راست تو ایستاده بود.
10ای دختر، گوش کن و توجه کن و گوش خود را متمایل کن .قوم خود و خاندان پدرت را نیز فراموش کن.
11پس پادشاه به زیبایی تو بسیار میل خواهد کرد زیرا او پروردگار توست .و او را پرستش کن.
12و دختر صور با هدایایی در آنجا خواهد بود .حتی ثروتمندان مردم نیز از تو درخواست خواهند کرد.
13دختر پادشاه از درون با شکوه است و لباس او از طلای فرفورژه است.
14او را با لباس سوزن دوزی نزد پادشاه میآورند و باکرهها را که همراهانش میآیند نزد تو خواهند آورد.
15با شادی و شادی آورده خواهند شد و به کاخ پادشاه وارد خواهند شد.
16به جای پدران تو فرزندانت خواهند بود که می توانی آنها را در تمام زمین امیران کنی.
17نام تو را در همه نسلها به یاد میآورم، پس قوم تو را تا ابدالاباد ستایش خواهند کرد.

فصل 46

) 1به نوازنده اعظم پسران قورح، آوازی بر آلاموت (.خدا پناهگاه و قوت ماست، و یاری بسیار حاضر در مصیبت.
2بنابراین، هر چند زمین از بین برود و کوهها به میان دریا برده شوند، نخواهیم ترسید.
3اگر چه آبهای آن غرش کند و متلاطم شود، اگر چه کوهها از ورم آن بلرزند .صلاح.
4نهری است که نهرهای آن شهر خدا را شاد میکنند، مکان مقدس خیمههای حق تعالی.
5خدا در میان او است .او متاثر نخواهد شد :خدا او را کمک خواهد کرد، و آن هم زودتر.
۶ امتها خشمگین شدند، پادشاهیها متاثر شدند، او صدای خود را بر زبان آورد، زمین ذوب شد.
7یهوه صبایوت با ما است .خدای یعقوب پناهگاه ماست .صلاح.
8بیایید، کارهای خداوند را ببینید، چه ویرانگری در زمین ایجاد کرده است.
9او جنگها را تا انتهای زمین متوقف میسازد .کمان را می شکند و نیزه را می شکافد .ارابه را در آتش می سوزاند.
10آرام باشید و بدانید که من خدا هستم.
11یهوه صبایوت با ما است .خدای یعقوب پناهگاه ماست .صلاح.

فصل 47

) 1به نوازنده اعظم، مزمور برای پسران قورح .(با صدای پیروزی به سوی خدا فریاد بزنید.
2زیرا خداوند متعال هولناک است .او یک پادشاه بزرگ بر تمام زمین است.
3او قومها را زیر پای ما و قومها را زیر پای ما تسلیم خواهد کرد.
4او میراث ما را برای ما انتخاب خواهد کرد، عالی یعقوب که او را دوست داشت .صلاح.
5خدا با فریاد بالا میرود، خداوند با صدای شیپور.
6برای خدا ستایش کنید، ستایش بخوانید :برای پادشاه ما ستایش بخوانید، ستایش بخوانید.
7زیرا خدا پادشاه تمام زمین است.
8خدا بر امتها سلطنت میکند و خدا بر تخت قدوسیت خود مینشیند.
9امیران قوم، یعنی قوم خدای ابراهیم، دور هم جمع شدهاند، زیرا سپرهای زمین از آن خداست، او بسیار سربلند است.

فصل 48

) 1سرود و مزمور برای پسران قورح (.خداوند بزرگ است و در شهر خدای ما در کوه قدوس او بسیار قابل ستایش است.
2کوه صهیون، شهر پادشاه بزرگ، برای موقعیت زیبا، و شادی تمام زمین است.
3خدا را در قصرهایش پناهگاه میشناسند.
4زیرا، اینک، پادشاهان جمع شده بودند، با هم می گذشتند.
5آنها را دیدند و شگفتزده شدند .مضطرب شدند و به سرعت رفتند.
6در آنجا ترس و درد آنها را فرا گرفت، مثل زن در حال زایمان.
۷ کشتیهای ترشیش را با باد شرقی میشکنی.
8چنانکه شنیدیم، در شهر یهوه صبایوت، در شهر خدای خود نیز دیدهایم .خدا آن را تا ابد استوار خواهد کرد .صلاح.
9ای خدا، ما در میان معبد تو به محبت تو فکر کردیم.
10ای خدا، برحسب نام تو، ستایش تو تا اقصی نقاط جهان چنین است .دست راست تو پر از عدالت است.
11بگذار کوه صهیون شادی کند و دختران یهودا به خاطر قضاوتهای تو شاد باشند.
12در صهیون بگردید و دور او بگردید و به برجهای آن بگویید.
13سنگرهای او را به خوبی مشخص کنید، قصرهای او را در نظر بگیرید .تا آن را به نسل بعدی بگویید.
14زیرا که این خدا خدای ما تا ابدالاباد است و تا ابد راهنمای ما خواهد بود.

فصل 49

) 1به نوازنده اعظم، مزمور برای پسران قورح (.ای مردم این را بشنوید .ای همه ساکنان جهان گوش فرا دهید:
2هر دو پست و بالا، غنی و فقیر، با هم.
3دهان من از حکمت سخن خواهد گفت .و مراقبه قلب من از درک است.
4گوش خود را به مَثَلی متمایل میکنم و کلام تاریک خود را بر چنگ خواهم گشود.
5پس چرا باید در روزهای بد ترس داشته باشم، زیرا گناه پاشنههای من مرا فرا خواهد گرفت؟
6آنانی که بر دارایی خود اعتماد میکنند و به فراوانی ثروت خود میبالند.
۷ هیچیک از آنها نمیتواند برادر خود را فدیه دهد و بهخاطر او فدیه به خدا نمیدهد.
) 8زیرا فدیه جان آنها گرانبها است و برای همیشه متوقف می شود(.
9تا همیشه زنده بماند و فساد نبیند.

10زیرا او میبیند که دانایان میمیرند، و احمق و شخص سبع نیز هلاک میشوند و دارایی خود را به دیگران میسپارند.
11فکر باطنی ایشان این است که خانههای ایشان تا ابد باقی خواهد ماند و مسکنهای ایشان نسلهای دیگر خواهد بود .آنها سرزمین های
خود را به نام خود می نامند.
12امّا انسان شرافتمند باقی نمی ماند، او مانند حیواناتی است که هلاک می شوند.
13حماقت ایشان راه ایشان است، ولی آیندگان ایشان گفتههای ایشان را تأیید میکنند .صلاح.
14مثل گوسفند در قبر گذاشته میشوند .مرگ از آنها تغذیه خواهد کرد .و صالحان در صبح بر آنها مسلط خواهند شد .و زیبایی آنها در قبر
از خانه آنها نابود خواهد شد.
15امّا خدا جان مرا از قبر فدیه خواهد داد زیرا که مرا خواهد پذیرفت .صلاح.
16وقتی کسی که ثروتمند می شود و جلال خانه اش زیاد می شود نترس.
17زیرا وقتی بمیرد چیزی را با خود نخواهد برد و جلال او پس از او نازل نخواهد شد.
18هر چند تا زمانی که او زنده بود، روح خود را برکت داد، و مردم تو را ستایش خواهند کرد، چون به خود نیکی کنی.
19او به نسل پدران خود خواهد رفت .آنها هرگز نور را نخواهند دید.
20آدمی که شرافت دارد و نمی فهمد، مانند حیواناتی است که هلاک می شوند.

فصل 50

) 1مزمور آساف (.خدای توانا، یعنی یهوه، سخن گفته و زمین را از طلوع خورشید تا غروب آن فرا خوانده است.
2از صهیون، کمال زیبایی، خدا درخشیده است.
3خدای ما خواهد آمد و ساکت نخواهد ماند.
۴ او آسمانها و زمین را خواهد خواند تا قوم خود را داوری کند.
5قدیسان مرا نزد خود جمع کن .کسانی که با من عهد و قربان بسته اند.
6و آسمان عدالت او را اعلام خواهد کرد، زیرا خدا خود داور است .صلاح.
7ای قوم من بشنو و من سخن خواهم گفت .ای اسرائیل، و من بر ضد تو شهادت خواهم داد :من خدا، خدای تو هستم.
8تو را به خاطر قربانیهایت و قربانیهای سوختنیات که همیشه در حضور من بودهاند، سرزنش نخواهم کرد.
9من هیچ گاو نر را از خانه ات بیرون نخواهم برد و او را از گله تو نخواهم گرفت.
10زیرا هر حیوان جنگل از آن من است و چهارپایان بر هزار تپه.
11من همه پرندگان کوهستان را می شناسم و حیوانات صحرا از آن من هستند.
12اگر گرسنه بودم، به تو نگفتم، زیرا دنیا و سیری آن از آن من است.
13آیا گوشت گاو نر را خواهم خورد یا خون بزها را مینوشم؟
14به خدا شکرگزاری کنید .و نذرت را به حق تعالی ادا کن.
15و در روز مصیبت مرا بخوان که تو را نجات خواهم داد و تو مرا جلال خواهی داد.
16امّا خدا به شریر میگوید» :چه باید بکنی تا فرایض من را اعلام کنی، یا عهد مرا در دهان خود بگیری؟«
17چون از تعلیم متنفری و سخنان مرا پشت سر خود می گردانی.
18وقتی دزدی را دیدی، با او رضایت دادی و با زناکاران شریک شدی.
19دهانت را به بدی می دهی و زبانت فریب می دهد.
20تو بر برادرت نشستهای و سخن میگویی .تو به پسر مادر خودت تهمت میزنی
21تو این کارها را کردی و من سکوت کردم .تو فکر می کردی که من کاملاً مثل خودت هستم، اما تو را سرزنش خواهم کرد و آنها را
در برابر چشمانت مرتب خواهم کرد.
22اکنون این را در نظر بگیرید، ای کسانی که خدا را فراموش کرده اید، مبادا شما را تکه تکه کنم و کسی نباشد که نجات دهد.
23هر که ستایش کند مرا تجلیل میکند و نجات خدا را به کسی که مکالمهاش را درست میدهد نشان خواهم داد.

فصل 51

) 1به نوازنده اعظم، مزمور داوود، هنگامی که ناتان نبی پس از ورود به بتشبه نزد او آمد (.ای خدا، برحسب محبت خود بر من رحم کن،
به حسب کثرت رحمت خود .گناهان مرا محو کن
2مرا از گناهم کاملاً بشوید و از گناهم پاک کن.
3زیرا من به گناهان خود اعتراف دارم و گناه من همیشه در حضور من است.
4من فقط در برابر تو گناه کردم و این بدی را در نظر تو انجام دادم تا وقتی سخن میگویی عادل خواهی بود و هنگام قضاوت روشن
باشی.
5اینک من در گناه شکل گرفتم .و در گناه مادرم مرا آبستن کرد.
6اینک، تو حقیقت را در باطن میخواهی و در پنهان مرا حکمت خواهی شناخت.
۷ مرا با زوفا پاک کن و پاک خواهم شد، مرا بشوی و از برف سفیدتر خواهم شد.
8به من شادی و شادمانی بشنوم .تا استخوان هایی که شکستی شاد شوند.
9روی خود را از گناهان من پنهان کن و تمام گناهان مرا محو کن.

10ای خدا قلب پاکی را در من ایجاد کن .و روحی درست را در من تجدید کن.
11مرا از حضور خود دور مکن .و روح القدس خود را از من مگیر.
12شادی نجات خود را به من بازگردان .و با روح آزادت مرا حمایت کن.
13آنگاه راههای تو را به متخلفان خواهم آموخت .و گناهکاران به سوی تو روی خواهند آورد.
14ای خدا، ای خدای نجات من، مرا از گناه رهایی بخش، و زبان من عدالت تو را بلند آواز خواهد خواند.
15خداوندا، لبهای مرا باز کن .و دهان من ستایش تو را خواهد گفت.
16زیرا نمیخواهی قربانی کنی .در غیر این صورت آن را می دهم :تو از قربانی سوختنی راضی نیستی.
17قربانیهای خدا روح شکسته است، ای خدا دل شکسته و پشیمان را تحقیر مکن.
18به خشنودی خود برای صهیون نیکی کن، دیوارهای اورشلیم را بنا کن.
19آنگاه از قربانیهای عدالت با قربانی سوختنی و قربانی سوختنی کامل خشنود خواهی شد و آنگاه گاوها را بر مذبح تو بگذرانند.

فصل 52

) 1به نوازنده اعظم، مسخیل، مزمور داوود، هنگامی که دوج ادومی آمد و به شائول خبر داد و به او گفت :داود به خانه اخیملک آمده است (.ای مرد توانا، چرا خود را به شرارت می بالید؟ نیکویی خدا پیوسته پایدار است.
2زبان تو شرارت می اندیشد .مثل یک تیغ تیز که با فریب کار می کند.
3بدی را بیشتر از خوبی دوست داری .و دروغ گفتن به جای درست گفتن .صلاح.
4ای زبان فریبنده، همه سخنان خوار را دوست داری.
۵ خدا نیز تو را برای همیشه هلاک خواهد کرد، تو را خواهد برد و از مسکنت بیرون خواهد برد و از زمین زندگان ریشه کن خواهد کرد . صلاح.
6عادل نیز خواهد دید، و ترسیده، به او خواهد خندید.
7اینک آن مردی است که خدا را قوت خود قرار نداد .اما به فراوانی ثروت خود اعتماد کرد و در شرارت خود را تقویت کرد.
8اما من مانند درخت زیتون سبز در خانه خدا هستم و بر رحمت خدا تا ابدالاباد توکل دارم.
9تو را تا ابد ستایش خواهم کرد، زیرا تو آن را انجام دادی .زیرا در برابر اولیای تو خوب است.

فصل 53

) 1به نوازنده اعظم محلات، ماشیل، مزمور داوود (.احمق در دل خود گفته است که خدایی وجود ندارد .آنها فاسدند و گناهان زشتی انجام داده اند .هیچ کس نیکوکار نیست.
2خدا از آسمان به فرزندان انسان نگریست تا ببیند آیا کسی هست که میفهمد و خدا را میجوید.
3هر یک از آنها برگشته است .هیچ کس نیست که کار نیک انجام دهد، نه، یک نفر.
4آیا گناهکاران علم ندارند؟ که قوم مرا همانطور که نان می خورند می خورند و خدا را نخوانده اند.
5آنها در هراس شدیدی بودند، جایی که هیچ ترسی وجود نداشت، زیرا خدا استخوانهای کسی را که بر ضد تو اردو زده است پراکنده کرده است.
6ای کاش نجات اسرائیل از صهیون بیرون می آمد !هنگامی که خدا اسیران قوم خود را بازگرداند، یعقوب شادی خواهد کرد و اسرائیل خوشحال خواهد شد.

فصل 54

) 1به نوازنده اعظم نگینوت، ماشیل، مزمور داوود، هنگامی که زیفیم ها آمدند و به شائول گفتند :آیا داوود خود را نزد ما پنهان نمی کند؟ (ای خدا، مرا به نام خود نجات بده و به قوت خود مرا داوری کن. .
2ای خدا دعای مرا بشنو .به سخنان دهان من گوش کن
3زیرا که غریبان بر ضد من برخاستهاند و ستمگران جان من را میجویند و خدا را پیش روی خود قرار ندادهاند .صلاح.
4اینک خدا یاور من است .خداوند با کسانی است که جان من را حمایت میکنند.
5او بدی را به دشمنان من خواهد داد .آنها را در راستی خود نابود کن.
6برای تو قربانی خواهم کرد .ای خداوند، نام تو را ستایش خواهم کرد .زیرا خوب است
7زیرا او مرا از هر مصیبت نجات داده است و چشم من آرزوی او را بر دشمنانم دیده است.

فصل 55

) 1به نوازنده اصلی نگینوت، ماشیل، مزمور داوود (.ای خدا به دعای من گوش فرا ده .و خود را از دعای من پنهان مکن.
2مرا بشنوید و مرا بشنوید.
3بهخاطر صدای دشمن، بهخاطر ظلم شریران، زیرا بر من ظلم میکنند و در خشم از من نفرت دارند.
4دل من در درونم دردناک است و وحشت مرگ بر من نازل شده است.

5ترس و لرز بر من آمد و وحشت مرا فراگرفته است.
6و گفتم :ای کاش بالهایی مثل کبوتر داشتم !زیرا در آن صورت پرواز خواهم کرد و در آرامش خواهم بود.
7اینک، پس من در راه دور سرگردان خواهم شد و در بیابان خواهم ماند .صلاح.
8از طوفان و طوفان بادی فرار میکنم.
9ای خداوند، نابود کن و زبانهای ایشان را پراکنده کن، زیرا در شهر خشونت و ستیز دیدهام.
10روز و شب بر دیوارهایش میچرخند و در میان آن شرارت و اندوه است.
11شرارت در میان آن است، فریب و نیرنگ از کوچههای او دور نمیشود.
12زیرا دشمنی نبود که مرا سرزنش کند .پس من می توانستم آن را تحمل کنم .پس من خودم را از او پنهان می کردم:
13اما تو بودی، مردی که با من برابر بود، راهنمای من و آشنای من.
14با هم مشورت شیرینی گرفتیم و با هم به خانه خدا رفتیم.
15مرگ آنها را فرا گیرد و به سرعت به جهنم فرود آیند زیرا در خانه هایشان و در میان آنها شرارت است.
16و اما من خدا را خواهم خواند .و خداوند مرا نجات خواهد داد.
17عصر و صبح و ظهر دعا خواهم کرد و با صدای بلند فریاد خواهم زد و او صدای مرا خواهد شنید.
18او جان مرا به سلامتی از جنگی که بر ضد من بود نجات داد، زیرا با من بسیار بودند.
19خدا خواهد شنید و آنها را رنج خواهد داد، حتی کسی که از قدیم میماند .صلاح .چون تغییری ندارند پس از خدا نمی ترسند.
20او دستهای خود را بر کسانی که با او صلح می کنند دراز کرده است و عهد خود را شکسته است.
21سخنان او از کره نرمتر بود، اما جنگ در دل او بود، سخنانش از روغن نرمتر بود، اما شمشیرهای کشیده بودند.
۲۲ بار خود را بر خداوند بیفکن و او تو را حمایت خواهد کرد و هرگز اجازه نخواهد داد که عادل تکان بخورد.
23اما تو، ای خدا، آنها را در گودال نابودی فرو خواهی آورد .اما من به تو اعتماد خواهم کرد.

فصل 56

) 1به نوازنده اعظم یوناتلمرکوکیم، میختام داود، هنگامی که فلسطینیان او را در جات گرفتند (.خدایا، بر من رحم کن، زیرا انسان میخواهد مرا ببلعد .او هر روز میجنگد به من ظلم میکند.
2دشمنانم هر روز مرا می بلعند، زیرا که بسیارند، ای اعلی، که با من می جنگند.
3هر وقت بترسم، به تو اعتماد خواهم کرد.
4کلام او را به خدا ستایش خواهم کرد و بر خدا توکل کرده ام .من از آنچه که جسم می تواند با من کند نمی ترسم.
5هر روز سخنان مرا نادیده میگیرند و تمام افکارشان به خاطر شرارت بر ضد من است.
6آنها خود را جمع میکنند، خود را پنهان میکنند، قدمهای من را نشان میدهند، وقتی منتظر جان من هستند.
7آیا آنها با گناه فرار می کنند؟ خدایا در خشم خود مردم را به زیر افکند.
8تو به سرگردانی های من می گویی :اشک های مرا در بطری خود بریز، آیا در کتاب تو نیست؟
9وقتی به تو فریاد بزنم، دشمنانم روی خواهند آورد .زیرا خدا برای من است
10کلام او را در خدا ستایش خواهم کرد و کلام او را در خداوند ستایش خواهم کرد.
11بر خدا توکّل کردهام و از آنچه انسان با من میتواند بکند نمیترسم.
12ای خدا، نذرهای تو بر من است، تو را ستایش خواهم کرد.
13زیرا جان مرا از مرگ نجات دادی، آیا پاهایم را از افتادن نجات نمیدهی تا در نور زندگان در حضور خدا راه بروم؟

فصل 57

) 1به نوازنده اعظم، آلتاشیث، میختام داوود، هنگامی که از دست شائول در غار فرار کرد (.خدایا، به من رحم کن، به من رحم کن، زیرا جان من بر تو اعتماد دارد، آری، در سایه تو .بالها را پناه خواهم داد تا این مصیبتها از بین برود.
2نزد خدای متعال فریاد خواهم زد .به خدایی که همه چیز را برای من انجام می دهد.
3او از آسمان می فرستد و مرا از سرزنش کسی که می خواهد مرا ببلعد نجات دهد .صلاح .خداوند رحمت و حقیقت خود را نازل خواهد کرد.
4جان من در میان شیرهاست و در میان آنها که به آتش کشیده میشوند، یعنی پسران آدمی که دندانهایشان نیزه و تیر و زبانشان شمشیری تیز است، دراز میکشم.
5ای خدا از آسمانها سربلند باش .جلال تو بر تمام زمین باشد.
6برای قدمهای من توری آماده کردهاند .جان من تعظیم شده است .آنها گودالی در برابر من حفر کرده اند و خودشان در آن افتاده اند . صلاح.
7ای خدا، قلب من ثابت است، قلب من ثابت است، آواز خواهم خواند و ستایش خواهم کرد.
8ای جلال من بیدار شو .بیدار، مزبور و چنگ :من خودم زود بیدار خواهم شد.
9ای خداوند، تو را در میان قوم ستایش خواهم کرد و در میان امتها برای تو آواز خواهم خواند.
10زیرا رحمت تو تا آسمانها و راستی تو تا ابرها بزرگ است.
11ای خدا بر آسمانها سربلند باش و جلال تو بر تمامی زمین باشد.

فصل 58

) 1به نوازنده اعظم آلتاشیث، میختام داوود (.ای جماعت آیا واقعاً به عدالت می گویید؟ ای فرزندان انسان آیا به درستی قضاوت می کنید؟
2آری، در دل شرارت میکنید .خشونت دستان خود را در زمین می سنجید.
3شریران از رحم بیگانه شدهاند و به محض تولد گمراه میشوند و دروغ میگویند.
4زهر آنها مانند زهر مار است.
5که به صدای افسونگران گوش نمی دهد، جذاب هرگز تا این اندازه عاقلانه.
6ای خدا، دندانهای ایشان را در دهان ایشان بشکن، ای خداوند، دندانهای بزرگ شیرهای جوان را بشکن.
7مانند آبهایی که دائماً جاری میشوند ذوب شوند و چون کمان خود را خم میکند تا تیرهای خود را پرتاب کند، مانند قطعه قطعه شوند.
8مانند حلزونی که آب میشود، هر یک از آنها بگذرد، مانند تولد نابهنگام یک زن، تا خورشید را نبینند.
9پیش از آنکه کوزههای شما خارها را حس کنند، آنها را مانند گردباد، هم زنده و هم در خشم خود خواهد برد.
10عادل با دیدن انتقام شادی خواهد کرد و پاهای خود را به خون شریر خواهد شست.
11تا انسان بگوید» :همانا برای پرهیزگاران پاداشی است، همانا او خدایی است که در زمین داوری میکند.

فصل 59

) 1به نوازنده اعظم آلتاشیث، میختام داوود؛ هنگامی که شائول فرستاد و آنها خانه را برای کشتن او تماشا کردند (.ای خدای من، مرا از دست دشمنانم رهایی بخش، از من در برابر کسانی که بر ضد من قیام می کنند، دفاع کن.
2مرا از شر عاملان گناه رهایی بخش، و مرا از دست افراد خونین نجات ده.
3زیرا اینک برای جان من کمین کردهاند .ای خداوند، نه برای گناه من و نه برای گناه من.
4آنها بدون تقصیر من می دوند و خود را آماده می کنند :برای کمک به من بیدار شوید و ببینید.
5پس تو ای یهوه خدای صبایوت، خدای اسرائیل، بیدار شو تا جمیع امتها را ملاقات کنی .صلاح.
6هنگام غروب برمیگردند و مانند سگ سروصدا میکنند و شهر را میچرخانند.
7اینک آنها با دهان خود آروغ میزنند و شمشیرها در لبانشان است، زیرا میگویند چه کسی میشنود؟
8اما تو، ای خداوند، به آنها خواهی خندید .همه بتها را در تمسخر خواهید داشت.
9به خاطر قوت او بر تو منتظر خواهم بود، زیرا خدا حافظ من است.
10خدای رحمت من مرا باز خواهد داشت.
11آنها را نکش تا قوم من فراموش کنند .و ای خداوند سپر ما، آنها را پایین بیاور.
12به خاطر گناه دهانشان و سخنانشان غرورشان را گرفته باشد و به خاطر نفرین و دروغی که می گویند.
13آنها را در غضب هلاک کن، هلاک کن تا نباشند، و بدانند که خدا بر یعقوب تا اقصی نقاط جهان حکومت می کند .صلاح.
14و در هنگام غروب برگردند .و بگذار مانند سگ سر و صدا کنند و شهر را بچرخانند.
15بگذارید برای خوردن غذا بالا و پایین سرگردان شوند و اگر سیر نشدند کینه توز باشند.
16اما من از قدرت تو خواهم خواند .آری، صبح با صدای بلند رحمت تو را خواهم خواند، زیرا تو در روز مصیبت من دفاع و پناهگاه من بوده ای.
17ای قوت من، برای تو سرود خواهم خواند، زیرا خدا حافظ من و خدای رحمت من است.

فصل 60

) 1به نوازنده اعظم شوشاندوث، میختام داوود، برای تعلیم، هنگامی که با ارامنهارائیم و آرامزوبه جنگید، هنگام بازگشت یوآب، و ادوم را در وادی نمک دوازده هزار ضربه زد (.خدایا، تو ما را بیرون کردی .ما را پراکنده کردی، ناراضی شدی .ای دوباره خودت را به سوی ما باز کن
2زمین را می لرزاندی .تو آن را شکستی .زیرا می لرزد
3تو به قوم خود چیزهای سخت نشان دادی و ما را به نوشیدن شراب حیرت واداشتی.
4به آنان که از تو میترسند، پرچمی دادهای تا بهخاطر حقیقت نمایان شود .صلاح.
5تا محبوب تو رهایی یابد .با دست راستت نجات بده و مرا بشنو.
6خدا در قدوسیت خود سخن گفته است .من شادی خواهم کرد، شکیم را تقسیم خواهم کرد و دره سوکوت را خواهم دید.
7جلعاد از آن من است و منسی از آن من است .افرایم نیز قوت سر من است .یهودا قانونگذار من است.
8موآب ظرف شستشوی من است .بر ادوم نعل خود را بیرون خواهم آورد .فلسطین، به خاطر من پیروز شو.
9چه کسی مرا به شهر قوی خواهد آورد؟ چه کسی مرا به ادوم خواهد برد؟
10ای خدا، آیا تو که ما را بیرون انداختی، نمیخواهی؟ و ای خدا تو که با لشکریان ما بیرون نیامدی؟
11ما را از مصیبت یاری فرما زیرا یاری انسان بیهوده است.
12از طریق خدا شجاعت خواهیم کرد زیرا اوست که دشمنان ما را زیر پا خواهد گذاشت.

فصل 61

) 1مزمور داوود به نوازنده اعظم نگینه (.ای خدا، فریاد مرا بشنو .به نماز من توجه کن
2از اقصای زمین به تو فریاد خواهم زد، در حالی که قلبم از پا افتاده است :مرا به صخره ای که بالاتر از من است هدایت کن.
3زیرا تو برای من پناهگاه و برج محکمی در برابر دشمن بودهای.
4تا ابد در خیمهات میمانم و بر بالهایت توکل خواهم کرد .صلاح.
5زیرا تو، ای خدا، نذرهای مرا شنیدی و میراث ترسندگان از نام تو را به من بخشیدی.
6عمر پادشاه را طولانی خواهی کرد و سالهای او را به اندازه نسلها.
7او تا ابد در حضور خدا خواهد ماند :ای رحمت و راستی را آماده کن تا او را حفظ کند.
8پس نام تو را تا ابد ستایش خواهم کرد تا نذر خود را هر روز انجام دهم.

فصل 62

) 1به نوازنده اعظم، به یدوتون، مزمور داوود (.به راستی جان من در انتظار خداست، نجات من از اوست.
2فقط او صخره و نجات من است .او دفاع من است .من خیلی متاثر نمی شوم.
3تا کی میخواهید بر مردی ستم کنید؟ همگی کشته خواهید شد، مانند یک دیوار تعظیم و مانند یک حصار متزلزل.
4آنها فقط مشورت میکنند که او را از مقام عظمتش پایین بیاورند، از دروغ لذت میبرند، با دهان خود برکت میدهند، اما در باطن نفرین میکنند .صلاح.
5جان من، فقط در انتظار خدا باش .زیرا انتظار من از اوست.
6او فقط صخره و نجات من است .من تکان نخواهم خورد
۷ نجات و جلال من در خداست، صخره قوت و پناه من در خداست.
۸ همیشه به او اعتماد کنید .ای مردم، دل خود را بر او بریزید که خدا پناهگاه ماست .صلاح.
9بیتردید انسانهای پایینتر از باطل هستند، و افراد درجهبالا دروغ میگویند.
10بر ظلم اعتماد مکن و در دزدی بیهوده مباش.
11خدا یک بار گفته است .دوبار این را شنیده ام آن قدرت از آن خداست.
12و ای خداوند رحمت از آن توست زیرا که به هر کس برحسب کارش انفاق می کنی.

فصل 63

) 1مزمور داود، زمانی که در بیابان یهودا بود (.خدایا، تو خدای من هستی .زود تو را خواهم طلبید .جان من تشنه توست، بدن من در زمینی خشک و تشنه که آب نیست، آرزوی تو را دارد.
2تا قدرت و جلال تو را ببینم، چنانکه تو را در قدس دیدم.
3چون محبت تو از زندگی بهتر است، لبهای من تو را ستایش خواهند کرد.
4تا زندهام تو را برکت خواهم داد و دستان خود را به نام تو بلند خواهم کرد.
5جان من مانند مغز و فربه سیر خواهد شد .و دهان من تو را با لبهای شادمانی ستایش خواهد کرد.
6هنگامی که تو را در بستر خود به یاد میآورم و در شبها در مورد تو فکر میکنم.
7چون تو یاری من بودی، پس در سایه بالهای تو شادی خواهم کرد.
8جان من سخت به دنبال تو میآید و دست راست تو مرا نگه میدارد.
۹ امّا آنانی که جان من را میجویند تا آن را نابود کنند، به پایینترین قسمتهای زمین خواهند رفت.
10آنها به شمشیر خواهند افتاد و سهمی برای روباه خواهند بود.
11اما پادشاه در خدا شادی خواهد کرد .هر که به او سوگند یاد کند، جلال خواهد کرد، اما دهان دروغگویان بسته خواهد شد.

فصل 64

) 1به نوازنده اعظم، مزمور داوود (.ای خدا، صدای مرا در دعای من بشنو، جان مرا از ترس دشمن حفظ کن.
2مرا از مشورت پنهانی شریران پنهان کن .از قیام کارگران گناه:
3که زبان خود را مانند شمشیر تیز می کنند و کمان خود را خم می کنند تا تیرهای خود را پرتاب کنند، حتی سخنان تلخ.
4تا در نهان به سوی کامل شلیک کنند، ناگهان به سوی او تیراندازی می کنند و نترس.
5آنها خود را در امر بد تشویق میکنند .آنها می گویند :چه کسی آنها را خواهد دید؟
6گناهان را جستجو میکنند .آنها یک جستجوی مجدانه را انجام می دهند :هم فکر درونی هر یک از آنها و هم قلب آنها عمیق است.
7اما خدا با یک تیر به آنها شلیک خواهد کرد .ناگهان زخمی خواهند شد.
8پس زبان خود را بر خود خواهند انداخت و هر که آنها را ببیند فرار خواهد کرد.
9و همه مردم خواهند ترسید و کار خدا را اعلام خواهند کرد .زیرا آنها عاقلانه کار او را در نظر خواهند گرفت.
10عادل در خداوند شادمان خواهند شد و بر او توکل خواهند کرد .و جمیع درستکاران دل جلال خواهند داد.

فصل 65

) 1به نوازنده اعظم، مزمور و سرود داوود (.ای خدا، ستایش در سیون در انتظار توست و نذر برای تو وفا خواهد شد.
2ای تو که دعا را می شنوی، همه انسانها به سوی تو خواهند آمد.
3گناهان بر من چیره شدهاند و گناهان ما را پاک خواهی کرد.
4خوشا به حال مردی که برگزیدهای و به خود نزدیک میکنی تا در صحن تو ساکن شود.
5ای خدای نجات ما، با چیزهای وحشتناک به عدالت پاسخ خواهی داد .که اعتماد تمام اقصی نقاط زمین و دوردستان بر دریا هستند.
6که با قوت خود کوهها را محکم می کند .کمربند قدرت بودن:
7که سر و صدای دریاها و سر و صدای امواج آنها و هیاهوی مردم را خاموش می کند.
8و ساکنان اقصی نقاط جهان از نشانه های تو می ترسند.
9تو از زمین دیدن میکنی و آن را سیراب میکنی و با نهر خدا که پر از آب است آن را بسیار غنی میکنی و وقتی آن را فراهم میکنی
برای آنها ذرت میسازی.
10پشتههای آن را فراوان آب میدهی، شیارهایش را مینشینی، با بارانها آن را نرم میکنی، چشمههایش را برکت میدهی.
11تو سال را با نیکی خود تاج می گذاری .و مسیرهای تو فربه می ریزد.
12بر مراتع بیابان میریزند و تپههای کوچک از هر طرف شادی میکنند.
13چراگاهها با گلهها پوشیده شدهاند .دره ها نیز با ذرت پوشیده شده است .از شادی فریاد می زنند، آواز هم می خوانند.

فصل 66

) 1به نوازنده اعظم، آواز یا مزمور (.ای همه سرزمینها برای خدا صدای شادی بیاورید.
2نام او را بخوان و ستایش او را جلال ده.
3به خدا بگو، تو در کارهایت چقدر وحشتناک هستی !با عظمت قدرت تو، دشمنانت تسلیم تو خواهند شد.
4تمام زمین تو را پرستش خواهند کرد و برای تو آواز خواهند خواند .به نام تو خواهند سرود .صلاح.
5بیایید و اعمال خدا را ببینید، زیرا او در رفتار خود نسبت به فرزندان انسان وحشتناک است.
6او دریا را به خشکی تبدیل کرد و آنها با پای پیاده از سیل گذشتند و ما در او شادی کردیم.
7او با قدرت خود تا ابد حکومت میکند .چشمان او ملت ها را می بیند .صلاح.
8ای قوم خدای ما را برکت دهید و صدای ستایش او را شنیده کنید.
9که روح ما را در زندگی نگه میدارد و اجازه نمیدهد پاهای ما تکان بخورد.
10زیرا تو، ای خدا، ما را آزمودهای.
11تو ما را به تور آوردی .مصیبت را بر کمر ما نهادی.
12تو مردان را بر سر ما سوار کردی .ما از آتش و از آب گذشتیم، اما تو ما را به مکان ثروتمندی بیرون آوردی.
13با قربانیهای سوختنی به خانه تو خواهم رفت و نذر خود را به تو ادا خواهم کرد.
14آن را که لبهایم بر زبان آوردند و دهانم در مضیقه بودم.
15قربانيهاي سوختني پروار با بخور قوچ براي تو تقديم خواهم كرد .من گاو نر با بز تقدیم می کنم .صلاح.
16بیایید و بشنوید، ای همه که از خدا می ترسید، و من آنچه را که او برای جان من انجام داده است، اعلام خواهم کرد.
17با زبان خود نزد او فریاد زدم و او با زبان من ستایش شد.
18اگر گناه را در دل خود بدانم، خداوند مرا نخواهد شنید.
19اما همانا خدا مرا شنیده است .او به صدای دعای من توجه کرده است.
20متبارک است خدایی که دعای مرا و رحمت خود را از من رد نکرده است.

فصل 67

) 1به نوازنده اصلی نگینوت، مزمور یا سرود (.خدا به ما رحم کند و ما را برکت دهد .و صورت او را بر ما بتابان .صلاح.
2تا راه تو بر روی زمین شناخته شود و سلامتی نجاتدهنده تو در میان تمامی امتها شناخته شود.
3ای خدا، مردم تو را ستایش کنند .بگذار همه مردم تو را ستایش کنند.
4ای امّتها شادی کنند و از شادی بخوانند، زیرا تو قومها را عادلانه داوری خواهی کرد و امتها را بر روی زمین حکومت خواهی کرد .
صلاح.
5ای خدا، مردم تو را ستایش کنند .بگذار همه مردم تو را ستایش کنند.
6آنگاه زمین رشد خود را خواهد داد .و خدا، حتی خدای خود ما، ما را برکت خواهد داد.
7خدا ما را برکت خواهد داد .و تمامی اقصی نقاط جهان از او خواهند ترسید.

فصل 68

) 1به نوازنده اعظم، مزمور یا سرود داوود (.بگذارید خدا برخیزد، دشمنانش پراکنده شوند و کسانی که از او نفرت دارند از حضور او فرار کنند.
2همانطور که دود رانده میشود، آنها را نیز دور کنید :همانطور که موم در برابر آتش ذوب میشود، شریران نیز در حضور خدا هلاک شوند.
3اما عادلان شاد باشند .در حضور خدا شادی کنند، آری، بسیار شادی کنند.
4برای خدا بخوان و نام او را ستایش کن و سوار بر آسمانها را به نام خود یَهُو تحسین کن و در حضور او شادی کن.
۵ پدر یتیم و داور بیوهزنان، خدا در مسکن مقدس اوست.
6خدا افراد منفرد را در خانوادهها قرار میدهد، او کسانی را که به غل و زنجیر بستهاند بیرون میآورد، اما سرکشان در خشکی ساکن میشوند.
7ای خدا، هنگامی که پیش قوم خود بیرون آمدی، هنگامی که در بیابان پیش رفتی .صلاح:
8زمین لرزید و آسمانها نیز در حضور خدا فرو ریختند، حتی خود سینا نیز در حضور خدا، خدای اسرائیل متحیر شد.
9ای خدا، تو باران فراوانی فرستادی و میراث خود را در حالی که خسته شده بود، تأیید کردی.
10جماعت تو در آن ساکن شدهاند، ای خدا، تو از خوبی خود برای فقرا مهیا کردهای.
11خداوند این کلام را داد :جمع کسانی که آن را منتشر کردند بسیار بود.
12پادشاهان لشکرها به سرعت فرار کردند و او که در خانه ماند، غنیمت را تقسیم کرد.
13اگر چه در میان کوزهها میخوابید، اما مانند بالهای کبوتری خواهید بود که با نقره پوشانده شده و پرهای او با طلای زرد.
14هنگامی که خداوند قادر متعال پادشاهان را در آن پراکنده کرد، در سالمون مانند برف سفید بود.
15تپه خدا مانند تپه باشان است .تپه بلندی مثل تپه باشان.
16ای تپه های بلند چرا می پرید؟ این تپه ای است که خدا می خواهد در آن ساکن شود .آری، خداوند تا ابد در آن ساکن خواهد بود.
17ارابههای خدا بیست هزار و حتی هزاران فرشته است .خداوند در میان آنهاست، مانند سینا، در مکان مقدس.
18تو به بلندی بالا رفتهای، اسیری را به اسارت بردهای .آری، برای سرکشان نیز، تا یهوه خدا در میان آنها ساکن شود.
19متبارک باد خداوندی که هر روز بر ما بار می آورد، خدای نجات ما .صلاح.
20کسی که خدای ما است، خدای نجات است .و مسائل از مرگ از آن خداوند است.
21امّا خدا سر دشمنان خود را زخم خواهد زد و پوست سر مودار کسی را که همچنان در گناهانش ادامه دارد.
۲۲ خداوند گفت» :از باشان باز خواهم آورد، قوم خود را از اعماق دریا باز خواهم آورد.
23تا پای تو به خون دشمنانت آغشته شود و زبان سگهایت در آن آغشته شود.
24ای خدا رفت و آمد تو را دیدهاند .حتی رفت و آمدهای خدای من، پادشاه من، در قدس.
25آواز خوان ها جلوتر می رفتند و نوازندگان ساز به دنبالشان می آمدند .در میان آنها دخترانی بودند که با نقاره بازی می کردند.
26خداوند را از چشمه اسرائیل در جماعتها برکت دهید.
27بنیامین کوچک با فرمانروای ایشان، امیران یهودا و شورای ایشان، رؤسای زبولون، و امیران نفتالی هستند.
28خدای تو به قوت تو دستور داده است، ای خدا آنچه را که برای ما انجام دادی تقویت کن.
۲۹ بهخاطر معبد تو در اورشلیم، پادشاهان برای تو هدایایی خواهند آورد.
30گروه نیزهداران و انبوه گاوهای نر را با گوسالههای قوم سرزنش کن تا هرکس با تکههای نقره تسلیم شود.
31شاهزادگان از مصر بیرون خواهند آمد .اتیوپی به زودی دستان خود را به سوی خدا دراز خواهد کرد.
32ای ممالک زمین، برای خدا بخوانید .برای خداوند ستایش کن .صلاح:
33برای کسی که بر آسمانهای آسمانها که از قدیم بودند سوار میشود .اینک او صدای خود را می فرستد و آن صدای قوی.
34قوّت را به خدا نسبت دهید، تعالی او بر اسرائیل و قوّت او در ابرهاست.
35ای خدا، تو از مکانهای مقدست هولناکی .خدای اسرائیل کسی است که قوم خود را قوت و قدرت میبخشد .خجسته باد.

فصل 69

) 1به نوازنده اعظم شوشانیم، مزمور داوود (.ای خدا مرا نجات بده .زیرا آبها به جان من وارد شده است.
2در منجلاب ژرف فرو میروم، جایی که ایستادگی نیست، به آبهای عمیق آمدهام، جایی که سیلابها بر من جاری میشوند.
3از گریهام خسته شدهام، گلویم خشک شده است، و چشمانم در انتظار خدای خود میماند.
4آنانی که بی دلیل از من متنفرند، از موهای سرم بیشترند، آنانی که میخواهند مرا هلاک کنند، زیرا به ناحق دشمنان من هستند، توانا هستند.
5ای خدا، تو حماقت من را می دانی .و گناهان من از تو پوشیده نیست.
6ای خداوند یهوه صبایوت، منتظران تو به خاطر من شرمنده نشوند، ای خدای اسرائیل کسانی که تو را می جویند به خاطر من شرمنده نشوند.
7زیرا به خاطر تو سرزنش شدهام .شرم صورتم را پوشانده است.
8من برای برادرانم غریب و برای فرزندان مادرم بیگانه شده ام.
9زیرا غیرت خانه تو مرا خورده است .و سرزنش کسانی که تو را سرزنش کردند بر من نازل شد.

10هنگامی که گریه کردم و جان خود را با روزه تنبیه کردم، این مایه سرزنش من بود.
11جامهام را نیز گونی ساختم .و من برای آنها ضرب المثل شدم.
12آنانی که در دروازه مینشینند، علیه من سخن میگویند .و من آواز مستها بودم.
13امّا من، ای خداوند، دعای من برای تو در زمان مقبول است.
14مرا از منجلاب رهایی بخش، و بگذار غرق نشم .بگذار از دست کسانی که از من متنفرند و از آبهای عمیق نجات پیدا کنم.
15مبادا طغیان آب بر من سرازیر شود و اعماق مرا ببلعد و گودال دهان خود را بر من نبندد.
16ای خداوند مرا بشنو .زیرا محبت تو نیکو است.
17و روی خود را از بنده خود پنهان مکن .زیرا من در مشکل هستم :به سرعت مرا بشنو.
18به جان من نزدیک شو و آن را نجات ده، مرا به خاطر دشمنانم رهایی بخش.
19تو ننگ و ننگ و رسوایی من را شناختی .دشمنان من همه در حضور تو هستند.
20ملامت قلب مرا شکسته است .و من پر از سنگینی هستم .و برای تسلی دهندگان، اما هیچ کدام را پیدا نکردم.
21و به من نیز برای گوشت من دادند .و در تشنگی سرکه به من دادند تا بنوشم.
22سفره ایشان در برابر ایشان دام شود و آنچه باید برای رفاه ایشان باشد دام شود.
23چشم ایشان تاریک شود تا نبینند .و کمر آنها را دائماً تکان دهند.
24خشم خود را بر ایشان بریز، و خشم خشم خود را بر ایشان فرا گیرد.
25مسکن ایشان ویران شود .و هیچ کس در خیمه های خود ساکن نشود.
26زیرا او را که تو زدی جفا میکنند .و با اندوه کسانی که تو زخمی کرده ای صحبت می کنند.
27گناه را بر گناهان خود بیفزاید و به عدالت تو وارد نشوند.
28از کتاب زندگان محو شوند و با عادلان نوشته نشوند.
29اما من فقیر و غمگین هستم، ای خدا، نجات تو مرا در اوج قرار دهد.
30نام خدا را با آواز ستایش خواهم کرد و او را با شکرگزاری بزرگ خواهم کرد.
31این نیز خداوند را بهتر از گاو یا گاو نر که شاخ و سم دارد خشنود خواهد کرد.
32فروتنان این را خواهند دید و شادمان خواهند شد و دل شما که خدا را طلب میکند زنده خواهد ماند.
33زیرا خداوند فقیر را می شنود و اسیران خود را تحقیر نمی کند.
34آسمان و زمین و دریاها و هر چیزی که در آن حرکت می کند او را ستایش کنند.
35زیرا خدا صهیون را نجات خواهد داد و شهرهای یهودا را بنا خواهد کرد تا در آنجا ساکن شده و آن را در اختیار داشته باشند.
36ذریت بندگان او نیز آن را به ارث خواهند برد و کسانی که نام او را دوست دارند در آن ساکن خواهند شد.

فصل 70

) 1برای یادآوری مزمور داوود به نوازنده اعظم .(ای خداوند به کمک من بشتاب.
2آنانی که جویای جان من میشوند شرمنده و شرمنده باشند.
3آنانی که می گویند آها، آها، به پاداش شرم خود برگردند.
4همه آنانی که تو را میطلبند از تو شادی و مسرور باشند و آنانی که نجات تو را دوست دارند پیوسته بگویند :خدا جلال یابد.
5اما من فقیر و نیازمندم .ای خدا به سوی من بشتاب .خداوندا، درنگ نکن.

فصل 71

1ای خداوند، بر تو توکل میکنم و هرگز مبادا گیج شوم.
2مرا در عدالت خود رهایی بخش، و مرا نجات ده، گوش خود را به من متمایل کن و مرا نجات ده.
3تو مسکن قوی من باش، که بتوانم پیوسته به آن پناه ببرم .زیرا تو صخره و قلعه من هستی.
4ای خدای من، مرا از دست شریر، از دست مرد ظالم و ظالم رهایی بخش.
5زیرا تو امید من هستی، ای خداوند یهوه، تو امانت من هستی از جوانی.
6من از رحم بهوسیله تو نگه داشته شدهام، تو آن کسی هستی که مرا از اعماق مادرم بیرون آوردی، ستایش من همیشه از تو خواهد بود.
7من برای بسیاری مانند شگفتی هستم .اما تو پناهگاه قوی منی
8دهان من از حمد و جلال تو در تمام روز پر شود.
9مرا در دوران پیری از خود دور مکن .وقتی قدرتم از بین رفت مرا رها مکن.
10زیرا دشمنان من بر ضد من سخن میگویند .و آنان که برای جان من کمین کرده اند با هم مشورت می کنند،
11و گفت :خدا او را ترک کرده است .زیرا کسی نیست که او را نجات دهد.
12خدایا، از من دور نباش، ای خدای من، به یاری من بشتاب.
13آنانی که دشمن جان من هستند، شرمنده و نابود شوند .آنها را که به دنبال آزار من هستند، با سرزنش و خواری پوشانده شوند.
14اما من پیوسته امیدوار خواهم بود و تو را بیشتر و بیشتر ستایش خواهم کرد.
15دهان من عدالت و نجات تو را تمام روز آشکار خواهد کرد .زیرا من اعداد آن را نمی دانم.
16من به قوت خداوند یهوه خواهم رفت و عدالت تو را فقط از تو یاد خواهم کرد.

17ای خدا، تو از دوران جوانی به من تعلیم دادی و تاکنون کارهای شگفت تو را اعلام کردهام.
18اکنون نیز وقتی پیر و سر سفید شدم، خدایا مرا ترک مکن .تا قدرت تو را به این نسل و قدرت تو را به هر که خواهد آمد نشان دهم.
19ای خدا، عدالت تو نیز بسیار بلند است، که کارهای بزرگ انجام داده ای.
20تو که مصیبتهای بزرگ و شدید را به من نشان دادی، مرا دوباره زنده خواهی کرد و از اعماق زمین باز خواهی آورد.
21عظمت مرا زیاد خواهی کرد و از هر طرف مرا تسلی خواهی داد.
22ای خدای من، تو را با سرود و حقیقت تو ستایش خواهم کرد، ای قدوس اسرائیل برای تو با چنگ خواهم خواند.
23هنگامی که برای تو آواز میخوانم، لبهای من بسیار شادمان خواهند شد .و جان من را که تو آن را نجات دادی.
24زبان من نیز تمام روز از عدالت تو سخن خواهد گفت زیرا آنانی که شرمنده اند و شرمنده شده اند و در طلب آزار من هستند.

فصل 72

) 1مزمور سلیمان (.ای خدا احکام خود را به پادشاه و به پسر پادشاه عدالت خود را بده.
2او قوم تو را به عدالت داوری خواهد کرد و فقرای تو را با داوری.
3کوهها برای مردم صلح خواهند آورد و تپههای کوچک با عدالت.
4او فقیران قوم را داوری خواهد کرد، فرزندان نیازمند را نجات خواهد داد، و ستمگر را پاره پاره خواهد کرد.
5تا زمانی که خورشید و ماه پابرجاست، در تمام نسلها از تو خواهند ترسید.
6او مانند باران بر علفهای چیده شده فرود خواهد آمد، مانند بارانی که زمین را سیراب میکند.
7در ایام او عادل شکوفا خواهد شد .و آرامش فراوان تا زمانی که ماه پابرجاست.
8او نیز از دریا به دریا و از نهر تا اقصی نقاط جهان تسلط خواهد داشت.
9ساکنان بیابان در برابر او تعظیم خواهند کرد .و دشمنانش خاک را خواهند لیسید.
10پادشاهان ترشیش و جزایر هدایا بیاورند و پادشاهان سبا و سبا هدایا تقدیم خواهند کرد.
11آری، همه پادشاهان در حضور او سقوط خواهند کرد و همه امتها او را خدمت خواهند کرد.
12زیرا او در هنگام فریاد، نیازمند را نجات خواهد داد .فقیر نیز، و کسی که یاور ندارد.
13او فقیر و نیازمند را خواهد بخشید و جان نیازمندان را نجات خواهد داد.
14او جان ایشان را از فریب و خشونت فدیه خواهد داد و خون ایشان در نظر او گرانبها خواهد بود.
15و او زنده خواهد شد و از طلای سبا به او داده خواهد شد .و هر روز او را ستوده اند.
16مشتی ذرت در زمین بر بالای کوهها خواهد بود .میوه آن مانند لبنان خواهد لرزید و مردم شهر مانند علف زمین شکوفا خواهند شد.
17نام او تا ابدالاباد خواهد ماند و نام او تا خورشید ماندگار خواهد بود و مردم در او برکت خواهند یافت.
18متبارک باد یهوه خدا، خدای اسرائیل که فقط کارهای شگفت میکند.
19و نام جلال او تا ابدالاباد مبارک باد .و تمام زمین از جلال او پر شود .آمین و آمین
۲۰ دعای داوود پسر یسی پایان یافت.

فصل 73

) 1مزمور آساف (.به راستی که خدا برای اسرائیل نیکو است، حتی برای کسانی که قلب پاک دارند.
2اما من، پاهایم تقریباً از بین رفته بود .قدم هایم به خوبی لیز خورده بود.
3زیرا که وقتی سعادت شریران را دیدم به احمقان حسادت کردم.
4زیرا در مرگ ایشان بندها نیست، اما قوت ایشان استوار است.
5آنها مانند دیگران در مشکل نیستند .آنها مانند مردان دیگر مبتلا نیستند.
6پس غرور آنها را مانند زنجیر احاطه کرده است .خشونت آنها را به عنوان یک لباس می پوشاند.
7چشمهایشان چاق است و بیش از آنچه دل بخواهد دارند.
8فاسدند و در مورد ظلم سخنان ناپسند میگویند.
9دهان خود را به آسمان میگذارند و زبانشان در زمین میپیچد.
10بنابراین قوم او به اینجا بازمیگردند و آب جامی پر بر ایشان میچسبند.
11و گفتند :خدا از کجا می داند؟ و آیا در حق تعالی علم هست؟
12بنگرید، اینها بی خدا هستند که در جهان کامیاب می شوند .ثروتشان افزایش می یابد.
13همانا قلب خود را بیهوده پاک کردم و دستهایم را به بی گناهی شستم.
14زیرا در تمام طول روز، هر روز صبح گرفتار و تنبیه شدم.
15اگر بگویم، چنین خواهم گفت .اینک من باید بر نسل فرزندانت اهانت کنم.
16وقتی فکر کردم این را بدانم، برایم خیلی دردناک بود.
17تا اینکه به قدس خدا رفتم .سپس من پایان آنها را فهمیدم.
18بیتردید آنها را در مکانهای لغزنده قرار دادی و آنها را به هلاکت انداختی.
19چگونه در یک لحظه به ویرانی میروند !آنها کاملاً در وحشت هستند.
20مثل خواب وقتی بیدار می شود .پس ای خداوند، وقتی بیدار شدی، تصویر آنها را تحقیر خواهی کرد.

21به این ترتیب قلب من اندوهگین شد و در افسار خود خراشیده شدم.
22من احمق و نادان بودم.
23امّا من پیوسته با تو هستم، تو مرا به دست راستم گرفته ای.
24تو مرا با مشورت خود هدایت خواهی کرد و پس از آن مرا به جلال خواهی پذیرفت.
25جز تو چه کسی را در آسمان دارم؟ و من جز تو کسی را روی زمین نمی خواهم.
26جسم و قلب من ضعیف میشود، اما خدا قوت قلب من و سهم من برای همیشه است.
27زیرا، اینک، آنانی که از تو دور هستند هلاک خواهند شد.
28اما برای من خوب است که به خدا نزدیک شوم.

فصل 74

(.Maschil of Asaph) 1ای خدا، چرا ما را برای همیشه بیرون انداختی؟ چرا خشم تو بر گوسفندان چراگاهت دود می کند؟
2جماعت خود را که از قدیم خریدهای به خاطر بیاور .عصای میراث تو را که فدیه دادی .این کوه صهیون که در آن ساکن شدهای.
3پاهای خود را به سوی ویرانیهای ابدی بلند کن .حتی تمام کارهایی که دشمن در عبادتگاه بد انجام داده است.
4دشمنانت در میان جماعت تو غرش می کنند .آنها تابلوهای خود را برای علائم نصب می کنند.
5مردی معروف بود زیرا تبرها را بر درختان قطور بلند کرده بود.
6اما اکنون با تبر و چکش کار کنده کاری شده آن را میشکنند.
7آتش را به قدس تو افکندهاند، و مسکنت را به زمین انداختهاند.
8در دل خود گفتند :بیایید آنها را با هم هلاک کنیم.
9ما نشانههای خود را نمیبینیم، دیگر پیامبری نیست، و در میان ما نیز کسی نیست که بداند تا کی.
10ای خدا، تا کی دشمن ملامت خواهد کرد؟ آیا دشمن تا ابد به نام تو کفر می زند؟
11چرا دست راستت را پس می گیری؟ آن را از آغوشت بیرون کن
12زیرا خدا پادشاه من از قدیم است که در میان زمین نجات میدهد.
13تو دریا را به نیروی خود تقسیم کردی و سر اژدهاها را در آبها شکستی.
14سرهای لویاتان را تکه تکه کردی و او را به مردم ساکن بیابان گوشت دادی.
15چشمه و سیل را شکافتی و نهرهای عظیم را خشک کردی.
16روز از آن تو است و شب نیز از آن توست، تو نور و خورشید را آماده کرده ای.
17تمام مرزهای زمین را تعیین کردی و تابستان و زمستان را ساختی.
18این را به خاطر بسپار که ای خداوند، دشمن سرزنش کرده است و قوم نادان به نام تو کفر گفته اند.
19ای جان لاک پشت خود را به انبوه شریران تسلیم مکن، جماعت فقرای خود را برای همیشه فراموش مکن.
20به عهد احترام بگذارید، زیرا مکانهای تاریک زمین پر از مسکنهای ظلم است.
21ای مظلومان شرمنده برنگرد، فقیر و نیازمند نام تو را ستایش کنند.
22ای خدا برخیز و از آرمان خود دفاع کن و به یاد بیاور که چگونه مرد نادان هر روز تو را سرزنش می کند.
23صدای دشمنانت را فراموش مکن، غوغای کسانی که بر ضد تو قیام میکنند پیوسته افزایش مییابد.

فصل 75

) 1به نوازنده اعظم، آلتاشیث، مزمور یا سرود آساف (.ای خدا، تو را سپاس می گوییم، تو را سپاس می گوییم، زیرا که نام تو نزدیک است کارهای شگفت انگیز تو را اعلام کن.
2وقتی جماعت را پذیرفتم، عادلانه قضاوت خواهم کرد.
3زمین و تمامی ساکنان آن متلاشی شدهاند و من ستونهای آن را بر دوش میکشم .صلاح.
۴ به احمقان گفتم احمقانه رفتار نکنید و به شریران شاخ را بلند نکنید.
5شاخ خود را بالا نبرید :با گردن سفت صحبت نکنید.
۶ زیرا ترقی نه از مشرق، نه از مغرب و نه از جنوب میآید.
7اما خدا قاضی است :او یکی را فرود می آورد و دیگری را برپا می کند.
8زیرا در دست خداوند جامی است و شراب سرخ است .پر از مخلوط است؛ و او از آن می ریزد، اما همه شریران زمین آن را می ریزند و می نوشند.
9اما من برای همیشه اعلام خواهم کرد .برای خدای یعقوب ستایش خواهم کرد.
10تمام شاخ شریران را نیز قطع خواهم کرد .اما شاخ صالحان بلند خواهد شد.

فصل 76

) 1به نوازنده اصلی در نگینوت، مزمور یا سرود آساف (.در یهودا خدا شناخته شده است :نام او در اسرائیل بزرگ است.
2در سالیم نیز خیمه او و مسکن او در صهیون است.

3در آنجا تیرهای کمان و سپر و شمشیر و جنگ را شکست .صلاح.
4تو از کوههای شکار باشکوهتر و برتری.
5شجاعدلان غارت شدهاند و خواب خود را گرفتهاند و هیچیک از مردان توانا دست خود را نیافتند.
6در سرزنش تو ای خدای یعقوب، ارابه و اسب هر دو به خواب مرده میافتند.
7از تو باید ترسید، و چه کسی میتواند در مقابل تو بایستد وقتی یک بار عصبانی میشوی؟
8تو باعث شدی که داوری از آسمان شنیده شود .زمین ترسید و ساکن بود
9هنگامی که خدا به داوری برخاست تا تمام فروتنان زمین را نجات دهد .صلاح.
10بیتردید خشم انسان تو را ستایش خواهد کرد و باقیمانده خشم را مهار خواهی کرد.
11برای یهوه خدای خود نذر کنید و ادا کنید .همه اطرافیان او هدایایی برای او بیاورند که باید از او ترسید.
12او روح امیران را منقطع خواهد کرد، او برای پادشاهان زمین وحشتناک است.

فصل 77

) 1به نوازنده اعظم، به جدوتون، مزمور آساف (.با صدای خود نزد خدا و با صدای خود نزد خدا فریاد زدم .و او به من گوش داد.
2در روز مصیبت خود خداوند را طلبیدم، زخم من در شب جاری شد، و از بین نرفت، جان من از تسلی دادن امتناع کرد.
3خدا را به یاد آوردم و مضطرب شدم، شکایت کردم و روحم درهم شکست .صلاح.
4تو چشمانم را بیدار نگه میداری، چنان مضطرب هستم که نمیتوانم صحبت کنم.
5من ایام قدیم و سالهای قدیم را در نظر گرفتم.
۶ آواز خود را در شب به یاد میآورم و با قلب خود ارتباط برقرار میکنم و روح من به جستجوی جدی پرداخت.
7آیا خداوند برای همیشه طرد خواهد کرد؟ و آیا او دیگر مطلوب نخواهد بود؟
8آیا رحمت او برای همیشه از بین رفته است؟ آیا وعده او برای همیشه شکست می خورد؟
9آیا خدا رحمت را فراموش کرده است؟ آیا او در خشم رحمت های مهربان خود را بسته است؟ صلاح.
10و گفتم :این ناتوانی من است، اما سالهای دست راست حق تعالی را به یاد خواهم آورد.
11اعمال خداوند را به یاد خواهم آورد و عجایب تو را به یاد خواهم آورد.
12در تمام کارهای تو نیز فکر خواهم کرد و از اعمال تو سخن خواهم گفت.
13ای خدا راه تو در قدس است .چه کسی خدایی به اندازه خدای ما بزرگ است؟
14تو خدایی هستی که معجزه میکنی و قوت خود را در میان قوم اعلام کردهای.
15تو با بازوی خود قوم خود را که پسران یعقوب و یوسف بودند فدیه دادی .صلاح.
16ای خدا آبها تو را دیدند، آبها تو را دیدند .آنها می ترسیدند :اعماق نیز آشفته بود.
17ابرها آب میریختند و آسمان صدا میفرستاد و تیرهای تو نیز به بیرون میرفت.
18صدای رعد تو در آسمان بود، رعد و برق جهان را روشن کرد، زمین لرزید و لرزید.
19راه تو در دریا و راه تو در آبهای عظیم است و گامهای تو معلوم نیست.
۲۰ قوم خود را مانند گله به دست موسی و هارون رهبری کردی.

فصل 78

(Maschil of Asaph.) 1ای قوم من به شریعت من گوش فرا دهید و گوشهای خود را به سخنان دهان من متمایل کنید.
2زبان خود را در مَثَلی باز خواهم کرد :سخنان سیاه قدیم را بر زبان خواهم آورد:
3که ما شنیدیم و دانستیم و پدران ما به ما گفتهاند.
4ما آنها را از فرزندان خود پنهان نخواهیم کرد و ستایش خداوند و قوت او و کارهای شگفتانگیز او را که انجام داده است به نسل آینده نشان خواهیم داد.
5زیرا او شهادتی را در یعقوب قرار داد، و در اسرائیل شریعت مقرر کرد که به پدران ما امر فرمود تا آنها را به فرزندان خود بشناسانند.
6تا نسل آینده آنها را بشناسد، حتی فرزندانی که باید متولد شوند .چه کسی باید برخیزد و آنها را به فرزندان خود اعلام کند:
۷ تا امید خود را به خدا بسپارند و کارهای خدا را فراموش نکنند، بلکه احکام او را نگاه دارند.
8و ممکن است مانند پدران خود، نسلی سرسخت و سرکش نباشند .نسلی که دل خود را درست نکرد و روحشان نزد خدا ثابت قدم نبود.
9بنی افرایم که مسلح بودند و کمان داشتند، در روز جنگ برگشتند.
10آنها به عهد خدا نگاه نکردند و از پیروی در شریعت او امتناع کردند.
11و کارهای خود و شگفتی های خود را که به آنها نشان داده بود فراموش کرد.
12او در نزد پدران ایشان در زمین مصر در مزرعه صوعان کارهای شگفت انگیزی کرد.
13او دریا را تقسیم کرد و آنها را از آن عبور داد .و آبها را به صورت توده ای برپا کرد.
14در روز نیز ایشان را با ابر و تمام شب را با نور آتش هدایت میکرد.
15صخرههای بیابان را شکافت و مانند اعماق عظیم به آنها نوشیدنی داد.
16او نهرها را از صخره بیرون آورد و آبها را مانند نهرها جاری ساخت.
17و با برانگیختن حق تعالی در بیابان، بر او گناه بیشتری کردند.

18و خدا را در دل خود با درخواست گوشت برای شهوت خود وسوسه کردند.
19آری، آنها علیه خدا صحبت کردند .گفتند :آیا خدا می تواند در بیابان سفره ای فراهم کند؟
20اینک او صخره را زد که آبها فوران کردند و نهرها طغیان کردند .آیا او می تواند نان هم بدهد؟ آیا او می تواند برای قوم خود گوشت فراهم کند؟
21پس خداوند این را شنید و خشمگین شد .پس آتشی بر یعقوب افروخته شد و بر اسرائیل خشم نیز برخاست.
22زیرا آنها به خدا ایمان نداشتند و به نجات او اعتماد نداشتند.
23اگر چه از بالا به ابرها فرمان داده و درهای آسمان را گشوده بود،
24و منّا بر ایشان می بارید تا بخورند و از ذرت بهشت به ایشان داده بود.
25انسان غذای فرشتگان را خورد و برای آنها گوشت کامل فرستاد.
26او باد مشرقی را در آسمان وزیدن داد و با قدرت خود باد جنوب را وارد کرد.
27و گوشت بر ایشان مانند خاک بارید و پرندگانی مانند ریگ دریا.
28و آن را در وسط اردوگاه ایشان در اطراف محل سکونت ایشان رها کرد.
29پس آنها خوردند و سیر شدند.
30از شهوت خود بیگانه نبودند .اما در حالی که گوشت آنها هنوز در دهانشان بود،
31خشم خدا بر ایشان نازل شد و چاقترین آنها را کشت و برگزیدگان اسرائیل را شکست.
32برای همه اینها همچنان گناه کردند و به کارهای شگفت انگیز او ایمان نیاوردند.
33پس روزهای ایشان را در بیهودگی و سالهای ایشان را در تنگنا از بین برد.
34چون آنها را کشت، آنگاه او را طلبیدند و زود برگشتند و خدا را جویا شدند.
35و به یاد آوردند که خدا صخره ایشان است و خدای متعال نجات دهنده ایشان.
36با این حال، آنها با زبان خود او را چاپلوسی کردند و با زبان خود به او دروغ گفتند.
37زیرا دل ایشان با او راست نبود و بر عهد او ثابت قدم نبودند.
38امّا او که پر از شفقت بود، گناه ایشان را بخشید و ایشان را هلاک نکرد، آری، بارها خشم خود را برگرداند و تمام خشم خود را برانگیخت.
39زیرا او به یاد آورد که آنها فقط جسم بودند .بادی که می گذرد و دیگر نمی آید.
40چقدر او را در بیابان برانگیختند و در صحرا غمگینش کردند!
41آری، برگشتند و خدا را امتحان کردند و قدوس اسرائیل را محدود کردند.
42دست او و روزی را که ایشان را از دست دشمن رهانید به یاد نیاوردند.
43او چگونه آیات خود را در مصر و شگفتیهای خود را در صحرای صوعان انجام داده بود.
44و نهرهای خود را به خون تبدیل کرده بودند .و سیل آنها که نتوانستند بنوشند.
45انواع مگسها را در میان آنها فرستاد که آنها را بلعیدند .و قورباغه ها که آنها را نابود کردند.
46او همچنین افزایش آنها را به کرم و زحمات آنها را به ملخ داد.
47انگورهای ایشان را با تگرگ و درختان چنار ایشان را با سرما نابود کرد.
48او گاوهایشان را به تگرگ سپرد و گلههایشان را به صاعقههای داغ.
49او با فرستادن فرشتگان بد در میان آنها، شدت خشم و غضب و غضب و ناراحتی خود را بر آنها افکند.
50او راهی برای خشم خود باز کرد .جان آنها را از مرگ در امان نگذاشت، بلکه جان آنها را به طاعون سپرد.
51و تمام اولزادگان مصر را زدند .رئیس قوت ایشان در خیمه های حام:
52اما قوم خود را مانند گوسفندان بیرون آورد و آنها را مانند گله در بیابان هدایت کرد.
53و آنها را به سلامت هدایت کرد، به طوری که آنها نترسیدند، اما دریا بر دشمنان آنها چیره شد.
54و ایشان را به سرحد عبادتگاه خود، یعنی به این کوهی که دست راستش خریده بود، آورد.
55او امتها را نیز از حضور ایشان بیرون کرد، و میراثی را برای آنها تقسیم کرد، و قبایل اسرائیل را در خیمه های خود ساکن ساخت.
56امّا خدای متعال را وسوسه کردند و برانگیختند و شهادتهای او را نگاه نداشتند.
57اما برگشتند و مانند پدران خود بی وفایی کردند.
58زیرا با مکانهای بلند خود خشم او را برانگیختند و با تمثالهای تراشیده خود او را به حسادت برانگیختند.
59چون خدا این را شنید، خشمگین شد و از اسرائیل بسیار متنفر شد.
60و خیمه شیلو را که در میان مردم قرار داده بود، ترک کرد.
61و قوت خود را به اسارت سپرد و جلال خود را به دست دشمن سپرد.
62او قوم خود را نیز به شمشیر تسلیم کرد .و بر میراث خود خشمگین شد.
63آتش جوانان آنها را فرو برد .و دوشیزگانشان را به عقد درنیاوردند.
64کاهنان ایشان به شمشیر افتادند .و بیوههایشان نالهای نکردند.
65آنگاه خداوند مانند کسی از خواب بیدار شد و مانند مردی نیرومند که از شراب فریاد می زند.
66و دشمنان خود را از پشت سر زد و آنها را در سرزنش دائمی قرار داد.
67و خیمه یوسف را نپذیرفت و قبیله افرایم را برگزید.
68اما قبیله یهودا را انتخاب کرد، کوه صهیون را که دوست داشت.
69و عبادتگاه خود را مانند قصرهای بلند بنا کرد، مانند زمینی که برای همیشه برپا کرده است.

70و خادم خود داوود را برگزید و از آستان گوسفندان گرفت.
71او را از پیروی میشهای بزرگ و جوان آورد تا قومش یعقوب و میراث او اسرائیل را تغذیه کند.
72پس آنها را برحسب صداقت دل خود تغذیه کرد .و آنها را با مهارت دستان خود هدایت کرد.

فصل 79

) 1مزمور آساف (.ای خدا، امتها به میراث تو آمده اند .معبد مقدس تو را نجس کرده اند .اورشلیم را بر روی تپه ها گذاشته اند.
2اجساد بندگانت را به پرندگان آسمان و گوشت قدیسانت را به وحوش زمین دادهاند.
3خون ایشان را مانند آب در اطراف اورشلیم ریختهاند .و کسی نبود که آنها را دفن کند.
4ما برای همسایگان خود مایه سرزنش و برای اطرافیان خود مایه تمسخر و تمسخر هستیم.
5ای خداوند تا کی؟ آیا برای همیشه عصبانی می شوی؟ آیا حسادت تو مانند آتش بسوزد؟
6خشم خود را بر امتهایی که تو را نمیشناختند و بر مملکتهایی که نام تو را نخواندهاند بریز.
7زیرا یعقوب را خوردهاند و خانهاش را ویران کردهاند.
8گناهان پیشین ما را به یاد مبر .بگذار رحمت تو به سرعت ما را از بین ببرد، زیرا ما بسیار پست شدهایم.
9ای خدای نجات ما، برای جلال نام خود، ما را یاری کن و به خاطر نام خود، ما را رهایی بخش، و گناهان ما را پاک کن.
10پس امتها باید بگویند خدای آنها کجاست؟ با انتقام خون بندگانت که ریخته شده است، او را در نظر ما در میان امت ها شناخته شود.
11آه زندانی پیش تو بیاید .بر حسب عظمت قدرتت، کسانی را که برای مردن تعیین شده اند حفظ کن.
12و به همسایگان ما هفت برابر سرزنش آنها را در آغوششان قرار ده، که با آن تو را سرزنش کردند، ای خداوند.
13پس ما قوم تو و گوسفندان مرتع تو را تا ابد شکر خواهیم کرد و ستایش تو را به نسلهای دیگر اعلام خواهیم کرد.

فصل 80

) 1به نوازنده اعظم شوشانیمدوت، مزمور آساف (.ای شبان اسرائیل، ای که یوسف را مانند گله رهبری می کنی، گوش کن .تو که میان کروبیان ساکنی، بدرخش.
2در حضور افرایم و بنیامین و منسی قوت خود را بیدار کن و ما را نجات ده.
3ای خدا، ما را بازگردان و صورت خود را درخشان کن .و ما نجات خواهیم یافت
4ای یهوه خدای صبایوت، تا کی بر دعای قوم خود خشمگین خواهی بود؟
5آنها را با نان اشک می خوری .و به مقدار زیاد به آنها اشک بنوشاند.
6ما را با همسایگانمان نزاع میکنی و دشمنان ما در میان خود میخندند.
7ای خدای صبایوت، ما را بازگردان و صورت خود را بدرخش .و ما نجات خواهیم یافت
8تاکی را از مصر بیرون آوردهای، امتها را بیرون کرده، آن را کاشتهای.
9تو پیش از آن اتاقی آماده کردی و آن را ریشه عمیق دادی و زمین را پر کرد.
10تپهها را سایه آن پوشانده بود و شاخههایش مانند سروهای زیبا بود.
۱۱ او شاخههای خود را به دریا و شاخههای خود را به رودخانه فرستاد.
12پس چرا پرچینهای او را شکستی تا همه رهگذران او را بردارند؟
13گراز جنگلی آن را تباه می کند و وحشی صحرا آن را می بلعد.
14، ای خدای صبایوت، از تو التماس می کنیم.
15و تاکستانی را که دست راستت کاشته، و شاخهای را که برای خود محکم ساختی.
16با آتش سوزانده میشود، بریده میشود و از سرزنش چهره تو هلاک میشوند.
۱۷ بگذار دستت بر مرد دست راستت باشد، بر پسر انسانی که او را برای خود قوی ساختی.
18پس ما از تو برنمیگردیم، ما را زنده کن و نام تو را خواهیم خواند.
19ای یهوه خدای صبایوت، ما را برگردان و صورت خود را بدرخش .و ما نجات خواهیم یافت

فصل 81

) 1به نوازنده اعظم در گیتیت، مزمور آساف (.برای خدا قوت ما با صدای بلند بخوان :برای خدای یعقوب صدای شادی بیاور.
2مزمور را بردار و تنف و چنگ دلپذیر را با مزمور به اینجا بیاور.
3شیپور را در ماه نو، در زمان مقرر، در روز عید بزرگ ما دمیدن.
4زیرا این قانون برای اسرائیل و شریعت خدای یعقوب بود.
5و این را برای شهادت در یوسف مقرر کرد، هنگامی که از سرزمین مصر خارج شد، جایی که زبانی شنیدم که نمی فهمیدم.
6شانهاش را از بار برداشتم، دستهایش را از دیگها بیرون آوردم.
7تو در مصیبت صدا زدی و من تو را نجات دادم .در نهان رعد و برق به تو پاسخ دادم :تو را در آبهای مریبه اثبات کردم .صلاح.
8ای قوم من بشنو و من برای تو شهادت خواهم داد.
9خدای غریبی در تو نخواهد بود .هیچ خدای غریبی را نپرستید.

10من یهوه خدایت هستم که تو را از زمین مصر بیرون آوردم .دهانت را بگشا تا آن را پر کنم.
11اما قوم من به صدای من گوش نکردند .و اسرائیل هیچ یک از من را نمی خواهد.
12پس آنها را به شهوت دلشان سپردم و آنها در نظر خود رفتند.
13وای که قوم من به من گوش داده بودند و اسرائیل در راههای من قدم می زدند.
14به زودی باید دشمنان ایشان را تسخیر میکردم و دست خود را بر دشمنان ایشان معطوف میکردم.
15دشمنان خداوند باید تسلیم او میشدند، اما زمان ایشان تا ابد باقی میماند.
16او باید آنها را با بهترین گندم تغذیه می کرد و تو را با عسل از صخره سیر می کردم.

فصل 82

) 1مزمور آساف (.خدا در جماعت قدرتمندان ایستاده است .او در میان خدایان قضاوت می کند.
2تا کی به ناحق داوری کنید و شریران را بپذیرید؟ صلاح.
3از فقیران و یتیمان دفاع کنید :در مورد گرفتاران و نیازمندان عدالت کنید.
4فقیر و فقیر را رهایی بخش، و آنها را از دست بدکاران خلاص کن.
5نمی دانند و نخواهند فهمید .آنها در تاریکی راه میروند :همه پایههای زمین از بین رفته است.
6گفتم، شما خدایان هستید .و همه شما فرزندان حق تعالی هستید.
۷ اما شما مانند مردان خواهید مرد و مانند یکی از شاهزادگان سقوط خواهید کرد.
8ای خدا برخیز و زمین را داوری کن، زیرا تو وارث همه امتها خواهی بود.

فصل 83

) 1سرود یا مزمور آساف (.ای خدا سکوت مکن و ای خدا سکوت مکن و ساکت مکن.
2زیرا، اینک، دشمنان تو غوغا میکنند و کسانی که از تو متنفرند، سر را بلند کردهاند.
3با قوم تو حیلهگرانه گرفتهاند و با پنهانیان تو مشورت کردهاند.
4آنها گفتهاند، بیایید و آنها را از یک قوم منقطع کنیم .تا نام اسرائیل دیگر در یادها نباشد.
5زیرا با همدیگر با هم مشورت کردهاند و بر ضد تو متحدند.
6خیمههای ادوم و اسماعیلیان .موآب و هاگارنیان.
7جبال و عمون و عمالیق .فلسطینیان با ساکنان صور.
8آشور نیز به آنها ملحق شده است و فرزندان لوط را حمایت کردهاند .صلاح.
9با ایشان مانند مدیانیان رفتار کنید .مانند سیسرا، و مانند یابین، در نهر کیسون:
10که در اندور هلاک شدند و مانند سرگین زمین شدند.
11اشراف ایشان را مانند اورب و مانند زیب بسازید، آری، همه امیران ایشان را مانند زباه و زلمونا.
12که گفت :بیایید خانههای خدا را در اختیار خود بگیریم.
13ای خدای من، آنها را مانند چرخ قرار ده .مثل کلش در برابر باد
14همانطور که آتش هیزم را میسوزاند و شعله کوهها را به آتش میکشد.
15پس با طوفان خود آنها را جفا کن و با طوفان خود آنها را بترسان.
16صورت ایشان را از شرم پر کنید .تا نام تو را طلب کنند ای خداوند.
17تا ابد شرمنده و مضطرب شوند .آری، شرمنده شوند و هلاک شوند.
18تا مردم بدانند که تو که تنها نام تو یهوه هستی، بر همه زمین بلندترین هستی.

فصل 84

) 1به نوازنده اعظم در گیتیث، مزمور برای پسران قورح (.ای خداوند صبایوت، خیمه های تو چقدر دوست داشتنی است!
2جان من مشتاق است، آری، حتی برای صحنهای خداوند غش میکند .قلب و بدن من برای خدای زنده فریاد میزند.
3آری، گنجشک خانهای پیدا کرده است و پرستو آشیانهای برای خود پیدا کرده است، ای خداوند صبایوت، پادشاه من، و خدای من، جوان خود را در آنجا بگذارد، مذبحات تو.
4خوشا به حال آنانی که در خانه تو ساکنند، و همچنان تو را ستایش خواهند کرد .صلاح.
5خوشا به حال مردی که قوتش در توست .راه آنها در دل اوست.
6کسانی که از دره باکا می گذرند، آن را چاه می سازند .باران نیز استخرها را پر می کند.
7از قوّتی به قوّت دیگر میروند، هر یک از آنها در صهیون در حضور خدا ظاهر میشوند.
8ای یهوه خدای صبایوت، دعای مرا بشنو، ای خدای یعقوب گوش کن .صلاح.
9ای خدای سپر ما بنگر و به صورت مسح شده خود بنگر.
10زیرا یک روز در صحن تو از هزار روز بهتر است .ترجیح دادم در خانه خدای خود دربان باشم تا اینکه در خیمه های شرارت ساکن شوم.

11زیرا یهوه خدا خورشید و سپر است، خداوند فیض و جلال خواهد داد و هیچ چیز خوبی را از آنانی که راست میروند دریغ نخواهد کرد.
12ای خداوند صبایوت، خوشا به حال مردی که بر تو اعتماد دارد.

فصل 85

) 1به نوازنده اعظم، مزمور برای پسران قورح (.خداوندا، تو به زمین خود لطف کردی و اسیران یعقوب را بازگرداندی.
2گناه قوم خود را بخشیده ای و تمام گناهانشان را پوشانده ای .صلاح.
3تمام خشم خود را از بین بردهای و از شدت خشم خود را برگرداندهای.
4ای خدای نجات ما، ما را برگردان و خشم خود را نسبت به ما خاموش کن.
5آیا برای همیشه بر ما خشم خواهی کرد؟ آیا خشم خود را برای همه نسل ها بیرون می کشی؟
۶ آیا ما را دوباره زنده نمیکنی تا قوم تو در تو شادی کنند؟
7ای خداوند رحمت خود را به ما بنما و نجات خود را به ما عطا کن.
8خداوند یهوه چه خواهد گفت، خواهم شنید، زیرا او با قوم خود و قدیسان خود سلامتی خواهد گفت، اما اجازه ندهید که دوباره به حماقت روی آورند.
9بیتردید نجات او نزدیک کسانی است که از او میترسند .تا شکوه در سرزمین ما ساکن شود.
10رحمت و راستی با هم ملاقات میکنند .عدالت و صلح یکدیگر را بوسیده اند.
11حقیقت از زمین بیرون خواهد آمد .و عدالت از آسمان خواهد دید.
12آری، خداوند آنچه نیکو است خواهد داد .و زمین ما رشد خود را خواهد داد.
13عدالت پیشاپیش او خواهد رفت .و ما را در راه قدم های او قرار خواهد داد.

فصل 86

) 1دعای داوود (.ای خداوند گوش خود را خم کن، مرا بشنو، زیرا من فقیر و نیازمندم.
2جان من را حفظ کن .زیرا من مقدس هستم .ای خدای من، بنده خود را که بر تو اعتماد دارد نجات ده.
3ای خداوند بر من رحم کن زیرا که من هر روز نزد تو فریاد می زنم.
4جان بنده خود را شاد کن، زیرا ای خداوند، جان خود را به سوی تو بلند می کنم.
5زیرا تو، ای خداوند، نیکو و آماده برای بخشش هستی .و در رحمت فراوان برای همه کسانی که تو را می خوانند.
6ای خداوند دعای من را بشنو .و به صدای دعای من توجه کن.
۷ در روز مصیبت خود تو را خواهم خواند زیرا که مرا اجابت خواهی کرد.
8ای خداوند، در میان خدایان هیچکس مانند تو نیست .و هیچ عملی مانند کارهای تو نیست.
9ای خداوند، جمیع امتی که تو آفریده ای، خواهند آمد و در حضور تو عبادت خواهند کرد .و نام تو را تجلیل خواهند کرد.
10زیرا تو بزرگ هستی و کارهای شگفت میکنی، تو تنها خدایی.
11ای خداوند راه خود را به من بیاموز .من در حقیقت تو قدم خواهم زد :قلبم را متحد کن تا از نام تو بترسم.
12ای خداوند، خدای من، تو را با تمام دل خود ستایش خواهم کرد و نام تو را تا به ابد جلال خواهم داد.
13زیرا رحمت تو نسبت به من بسیار است و جان مرا از جهنم پایین نجات دادی.
14ای خدا، مغروران بر ضد من برخاستهاند و جماعت ظالم جان من را میجویند .و تو را در برابر آنها قرار ندادم.
15امّا تو ای خداوند، خدایی سرشار از شفقت و بخشنده و بردبار و در رحمت و راستی فراوان.
16به من بگرد و بر من رحم کن .قوت خود را به بنده خود بده و پسر کنیزت را نجات ده.
17نشانهای برای خیر به من نشان دهید .تا کسانی که از من متنفرند، آن را ببینند و شرمنده شوند، زیرا تو ای خداوند، مرا تسلی دادی.

فصل 87

) 1مزمور یا سرود برای پسران قورح (.بنیاد او در کوههای مقدس است.
2خداوند دروازههای صهیون را از تمام خانههای یعقوب بیشتر دوست دارد.
3ای شهر خدا چیزهای باشکوهی از تو گفته می شود .صلاح.
4راحاب و بابل را برای کسانی که مرا میشناسند یاد خواهم کرد .اینک فلسطین و صور با حبشه .این مرد در آنجا متولد شد
5و در مورد صهیون گفته خواهد شد، این و آن مرد در او متولد شد و خود بالاترین او را استوار خواهد کرد.
6خداوند وقتی قوم را بنویسد، حساب خواهد کرد که این مرد در آنجا متولد شده است .صلاح.
7آواز خوانان و نوازندگان سازها در آنجا خواهند بود .همه چشمه های من در تو هستند.

فصل 88

) 1سرود یا مزمور برای پسران قورح، به نوازنده اعظم بر ماحلات لیانوت، ماشیل از هیمان عزراحی (.ای خداوند، خدای نجات من، روز و شب در حضور تو فریاد زده ام:
2دعای من به حضور تو برسد .گوش خود را به فریاد من متمایل کن.
3زیرا جان من پر از ناراحتی است و جان من به قبر نزدیک شده است.
4من با کسانی که در گودال فرود میآیند به حساب میآیند، مانند مردی هستم که قوت ندارد.
5در میان مردگان آزاد، مانند مقتولانی که در قبر خوابیدهاند و دیگر آنها را به یاد نمیآوری، و از دست تو بریده میشوند.
6مرا در پایین ترین گودال، در تاریکی، در اعماق قرار دادی.
7غضب تو بر من سخت است و مرا با همه امواجت گرفتار کرده ای .صلاح.
8آشنای من را از من دور کردی .تو مرا نزد آنها مکروه گردانی.
9چشم من از مصیبت ماتم میگیرد :خداوندا، هر روز تو را میخوانم و دستان خود را به سوی تو دراز میکنم.
10آیا به مردگان عجایب نشان میدهی؟ آیا مردگان برخیزند و تو را ستایش کنند؟ صلاح.
11آیا محبت تو در قبر اعلام خواهد شد؟ یا وفاداری تو در نابودی؟
12آیا شگفتی های تو در تاریکی شناخته می شود؟ و عدالت تو در سرزمین فراموشی؟
13اما ای خداوند، نزد تو فریاد زدم .و در صبح نماز من مانع تو خواهد شد.
14خداوندا، چرا جان مرا طرد میکنی؟ چرا صورتت را از من پنهان می کنی؟
15من از دوران جوانی مصیبت زده و آماده مردن هستم.
16خشم شدید تو بر من میآید .وحشت تو مرا قطع کرده است.
17هر روز مثل آب دور من میآمدند .آنها مرا با هم احاطه کردند.
18عاشق و دوست را از من دور کردی و آشنای من را در تاریکی.

فصل 89

) 1ماشیل از اتان عزراحی (.رحمت خداوند را تا ابد سرود خواهم داد و وفاداری تو را با دهان خود به نسلهای دیگر اعلام خواهم کرد.
2زیرا گفتهام رحمت تا ابدالاباد ساخته خواهد شد و وفاداری خود را در آسمانها استوار خواهی کرد.
3با برگزیدگان خود عهد بستم، به بنده خود داود قسم خوردم،
4ذریت تو را تا ابد استوار خواهم ساخت و تاج و تخت تو را برای همه نسلها بنا خواهم کرد .صلاح.
5و ای خداوند، آسمانها شگفتیهای تو را ستایش خواهند کرد و وفاداری تو نیز در جماعت مقدّسین.
6زیرا چه کسی در آسمان میتواند با خداوند مقایسه شود؟ کدام یک از پسران نیرومند را می توان به خداوند تشبیه کرد؟
7خداوند در جماعت مقدّسین بسیار ترسیده است و نسبت به همه کسانی که در اطراف او هستند باید مورد احترام قرار گیرد.
8ای یهوه خدای صبایوت، خداوند قوی مثل تو کیست؟ یا به وفاداری تو در اطراف تو؟
9تو بر خشم دریا فرمانروایی میکنی، چون امواج آن بلند شود، آنها را خاموش میکنی.
10راحاب را مثل کشته شده تکه تکه کردی .دشمنانت را با بازوی قوی خود پراکنده کردی.
11آسمان از آن توست و زمین نیز از آن توست.
12شمال و جنوب را تو آفریدی، تابور و هرمون به نام تو شادی خواهند کرد.
13تو بازوی نیرومندی داری، دستت قوی و دست راستت بلند است.
14عدالت و داوری مسکن تخت توست، رحمت و راستی پیش روی تو خواهد رفت.
15خوشا به حال قومی که صدای شادی را میشناسند، ای خداوند، در نور چهره تو راه خواهند رفت.
۱۶ به نام تو تمام روز شادی خواهند کرد و به عدالت تو سربلند خواهند شد.
17زیرا تو جلال قوت ایشان هستی و شاخ ما به لطف تو برافراشته خواهد شد.
18زیرا خداوند حافظ ماست .و قدوس اسرائیل پادشاه ماست.
19آنگاه در رؤیا با قدیس خود سخن گفتی، و گفتی» :من بر کسی که توانا است کمک کردم .من برگزیده ای از مردم را برتری بخشیدم.
20بنده خود داوود را یافتم .با روغن مقدس خود او را مسح کردم:
21دست من با او استوار خواهد شد، بازوی من نیز او را تقویت خواهد کرد.
22دشمن او را تحت تعقیب قرار نخواهد داد .و نه پسر شرارت به او مبتلا شود.
23و دشمنان او را در برابر او شکست خواهم داد و آنانی را که از او متنفرند آزار خواهم داد.
24اما وفاداری و رحمت من با او خواهد بود و شاخ او به نام من بلند خواهد شد.
25دست او را در دریا و دست راستش را در نهرها خواهم گذاشت.
26او به من فریاد خواهد زد که تو پدر من، خدای من و صخره نجات من هستی.
27همچنین او را نخستزادهای از پادشاهان زمین خواهم ساخت.
28رحمت خود را برای او تا ابد حفظ خواهم کرد و عهد من با او ثابت خواهد ماند.
29و ذریت او را تا ابد پایدار خواهم ساخت و تاج و تخت او را مانند روزهای آسمان.
30اگر فرزندان او شریعت مرا ترک کنند و در احکام من رفتار نکنند.

31اگر فرایض مرا بشکنند و احکام مرا نگاه ندارند.
32آنگاه گناه ایشان را با عصا و گناه ایشان را با تازیانه ملاقات خواهم کرد.
33امّا محبت خود را به کلی از او نخواهم گرفت و وفاداری خود را از بین نخواهم برد.
34عهد خود را نمیشکنم و چیزی را که از لبانم خارج شده است، تغییر نمیدهم.
35من یک بار به قدوسیت خود قسم خوردم که به داوود دروغ نخواهم گفت.
36نسل او تا ابد باقی خواهد ماند و تخت او مانند خورشید در برابر من.
37تا ابد مانند ماه و به عنوان شاهدی وفادار در آسمان برقرار خواهد شد .صلاح.
38اما تو را دور انداخته و بیزاری کرده ای، بر مسح شده خود خشمگین شده ای.
39عهد بنده خود را باطل کردی و تاج او را به زمین انداختی بیحرمت.
40همه پرچین های او را شکستی .استحکامات او را ویران کردی.
41هر که از راه میگذرد او را غارت میکند.
42تو دست راست دشمنان او را برپا کردی .تو همه دشمنانش را شاد کردی.
43تو نیز لبه شمشیر او را برگرداندهای و او را در جنگ ایستادهای.
44جلال او را از بین بردی و تخت او را به زمین انداختی.
45روزهای جوانی او را کوتاه کردی و او را با شرم پوشاندی .صلاح.
46خداوندا تا کی؟ آیا خودت را برای همیشه پنهان می کنی؟ آیا خشم تو مانند آتش می سوزد؟
47به یاد بیاور که زمان من چقدر کوتاه است :چرا همه انسانها را بیهوده ساخته ای؟
48کدام انسان است که زنده است و مرگ را نخواهد دید؟ آیا او روح خود را از دست قبر نجات خواهد داد؟ صلاح.
49خداوندا، محبتهای سابقت که به راستی خود به داوود قسم خوردی کجاست؟
50ای خداوند، سرزنش بندگانت را به خاطر بیاور .چگونه سرزنش تمام قوم قدرتمند را در آغوش خود دارم.
51ای خداوند، دشمنانت با آن ملامت کردهاند .که با آن گام های مسح تو را ملامت کرده اند.
52خداوند تا ابدالاباد مبارک باد .آمین و آمین

فصل 90

) 1دعای موسی، مرد خدا (.خداوندا، تو در همه نسل ها مسکن ما بوده ای.
2قبل از اینکه کوهها بیرون بیایند، یا زمین و جهان را بسازید، حتی از ازل تا ابد، تو خدا هستی.
3تو انسان را به هلاکت میکشی .و بگویید :ای فرزندان انسان، برگردید.
4زیرا هزار سال در نظر تو مانند دیروز است که گذشته است، و مانند نگهبانی در شب.
5آنها را مانند طوفان میبرد .آنها مانند خواب هستند :صبحگاهان مانند علف هستند که می رویند.
6در صبح شکوفا میشود و رشد میکند .در عصر بریده می شود و خشک می شود.
۷ زیرا که از خشم تو هلاک شده ایم و از خشم تو مضطرب شده ایم.
8گناهان ما را در مقابل خود قرار دادهای، گناهان پنهانی ما را در پرتو چهره خود.
9زیرا همه روزهای ما در غضب تو از بین رفته است و ما سالهای خود را به عنوان قصه می گذرانیم.
10روزهای سالهای ما شصت سال و ده است .و اگر به دلیل قوت آنها هشتاد سال باشد، قوت آنها زحمت و اندوه است .زیرا به زودی قطع می شود و ما پرواز می کنیم.
11چه کسی قدرت خشم تو را می داند؟ حتی بر اساس ترس تو، خشم تو نیز چنین است.
12پس به ما بیاموز که روزهای خود را بشماریم تا بتوانیم دل خود را به حکمت بکار گیریم.
13ای خداوند، تا کی برگرد؟ و از بندگانت توبه کند.
14ما را با رحمت خود راضی کن .تا در تمام روزهای خود شاد و شاد باشیم.
15ما را برحسب روزهایی که ما را رنج دادهای و سالهایی که در آن بدی دیدهایم، شادمان کن.
16کار تو بر بندگانت ظاهر شود و جلال تو بر فرزندانشان.
17و زیبایی یهوه خدای ما بر ما باشد و عمل دستهای ما را بر ما ثابت گردان .آری، کار دستان ما آن را استوار میسازد.

فصل 91

1کسی که در مخفیگاه حق تعالی ساکن است، در زیر سایه قادر مطلق خواهد ماند.
2در مورد خداوند خواهم گفت که او پناهگاه و قلعه من است :خدای من .به او اعتماد خواهم کرد
3بیتردید او تو را از دام مرغخوار و از طاعون مهیب نجات خواهد داد.
4او تو را با پرهای خود میپوشاند و زیر بالهایش توکل میکنی، حقیقت او سپر و سپر تو خواهد بود.
5از وحشت شبانه نترس .و نه برای تیری که در روز پرواز می کند.
6و نه برای طاعونی که در تاریکی راه میرود .و نه برای ویرانی که در ظهر از بین می رود.
7هزار نفر در کنار تو خواهند افتاد و ده هزار در دست راست تو .اما به تو نزدیک نخواهد شد.
8فقط با چشمانت میتوانی پاداش شریران را ببینی و ببینی.

9زیرا خداوند را که پناهگاه من است، حتی اعلی، مسکن خود قرار دادی.
10هیچ بلایی به تو نخواهد رسید و بلا به خانه تو نخواهد رسید.
11زیرا او فرشتگان خود را بر تو فرمان خواهد داد تا تو را در تمام راههایت نگه دارند.
12تو را در دستان خود خواهند برد، مبادا پای خود را به سنگ بکوبی.
13شیر و اژدها را زیر پا لگدمال خواهی کرد.
14چون محبت خود را بر من نهاده است، پس او را نجات خواهم داد.
15او مرا خواهد خواند و من او را اجابت خواهم کرد .من او را نجات خواهم داد و او را گرامی خواهم داشت.
16با عمر طولانی او را راضی خواهم کرد و نجات خود را به او نشان خواهم داد.

فصل 92

) 1مزمور یا سرود برای روز سبت (.شکرگزاری خداوند و تسبیح نام تو، ای اعلی، نیکو است.
2تا محبت خود را در صبح و وفاداری خود را هر شب ابراز کنم.
3بر ساز ده سیم و بر مزمور .بر روی چنگ با صدای موقر.
4زیرا تو، ای خداوند، مرا با کار خود شاد ساختهای، و من به کارهای دست تو پیروز خواهم شد.
5ای خداوند، اعمال تو چقدر بزرگ است !و افکار شما بسیار عمیق است.
6مرد بیرحم نمیداند .احمق هم این را نمی فهمد.
7وقتی شریران چون علف سبز میشوند و همه گناهکاران شکوفا میشوند .این است که آنها برای همیشه نابود خواهند شد:
8اما تو ای خداوند متعال تا ابدالاباد هستی.
9زیرا، ای خداوند، دشمنانت، زیرا، دشمنان تو هلاک خواهند شد .همه گناهکاران پراکنده خواهند شد.
10اما شاخ من را مانند شاخ اسب شاخ بلند خواهی کرد و با روغن تازه مسح خواهم شد.
11چشم من نیز آرزوی من را بر دشمنانم خواهد دید و گوشهایم آرزوهای من را از شریرانی که بر ضد من قیام میکنند خواهند شنید.
12عادل مانند درخت خرما شکوفا خواهد شد و مانند سرو در لبنان رشد خواهد کرد.
۱۳ آنهایی که در خانه خداوند کاشته میشوند در صحن خدای ما شکوفا خواهند شد.
14آنها هنوز در پیری میوه خواهند داد .آنها چاق و شکوفا خواهند شد.
15تا نشان دهم که خداوند راست میگوید :او صخره من است و در او بیعدالتی نیست.

فصل 93

1خداوند پادشاهی میکند، او جامه جلال میپوشد .خداوند لباس نیرومندی پوشیده است که به آن کمربند بسته است.
2تاج و تخت تو از قدیم استوار است، تو از ازل هستی.
3ای خداوند سیلها بلند شدهاند، سیلها صدای خود را بلند کردهاند .سیل امواج خود را بالا می برد.
4خداوند در بالا از صدای آبهای بسیار نیرومندتر است، آری، از امواج نیرومند دریا.
5شهادات تو بسیار مطمئن است :ای خداوند، خانه تو قدوس خواهد بود تا ابدالاباد.

فصل 94

1ای یهوه خدایی که انتقام از آن اوست .ای خدایی که انتقام از آن توست، خودت را نشان بده.
2ای داور زمین، خودت را بلند کن و به متکبران پاداش بده.
3خداوندا، تا کی شریر، تا کی شریر پیروز خواهد شد؟
4تا کی سخنان سخت بر زبان آورند و بگویند؟ و همه گناهکاران به خود می بالند؟
5ای خداوند قوم تو را تکه تکه میکنند و میراث تو را مصیبت میسازند.
۶ بیوه و غریب را میکشند و یتیم را میکشند.
۷ امّا میگویند» :خداوند نخواهد دید و خدای یعقوب به آن توجه نخواهد کرد«.
8ای احمقان در میان قوم بفهمید، و ای احمقان، کی عاقل خواهید شد؟
9کسی که گوش کاشته است، آیا نمی شنود؟ آیا کسی که چشم را می سازد، نمی بیند؟
10کسی که امت ها را تنبیه می کند، آیا او را اصلاح نمی کند؟ کسی که به انسان علم میآموزد آیا نمیداند؟
11خداوند افکار انسان را میداند که باطل است.
12خوشا به حال مردی که تو ای خداوند او را تنبیه میکنی و او را از شریعت خود تعلیم میدهی.
13تا او را از روزهای مصیبت آرام دهی تا گودالی برای شریر حفر شود.
14زیرا خداوند قوم خود را طرد نخواهد کرد و میراث خود را ترک نخواهد کرد.
15اما داوری به عدالت باز خواهد گشت و جمیع درستکاران دل از آن پیروی خواهند کرد.
16چه کسی برای من بر ضد بدکاران قیام خواهد کرد؟ یا چه کسی در برابر من در برابر گناهکاران قیام خواهد کرد؟
17اگر خداوند یاور من نبود، جان من تقریباً در سکوت ساکن شده بود.

18وقتی گفتم :پای من می لغزد .ای خداوند رحمت تو مرا حفظ کرد.
19در انبوه افکارم در درونم آسایش تو روح من را شاد می کند.
20آیا تخت شرارت با تو که شریعت را به شریعت میسازد، شراکت خواهد داشت؟
21آنها خود را در برابر جان صالحان جمع میکنند و خون بیگناه را محکوم میکنند.
22اما خداوند حافظ من است .و خدای من سنگ پناه من است.
23و او گناه خود را بر آنها خواهد آورد و آنها را در شرارت خود نابود خواهد کرد .آری، یهوه، خدای ما، آنها را از بین خواهد برد.

فصل 95

1بیایید برای خداوند آواز بخوانیم و صدای شادی را به صخره نجات خود برسانیم.
2با شکرگزاری به حضور او بیاییم و با مزامیر برای او صدای شادی بیاوریم.
3زیرا خداوند خدای بزرگ و پادشاهی بزرگ بر همه خدایان است.
4ژرفای زمین در دست اوست و قوت تپهها نیز از آن اوست.
5دریا از آن اوست و او آن را ساخت و دستهای او خشکی را ساخت.
۶ بیایید عبادت کنیم و تعظیم کنیم و در حضور خداوند خالق خود زانو بزنیم.
7زیرا او خدای ما است .و ما اهل چراگاه او و گوسفندان دست او هستیم .امروز اگر صدای او را بشنوید،
8دل خود را سخت مکن، مانند در تحریک، و مانند روز وسوسه در بیابان.
9وقتی پدران شما مرا وسوسه کردند، آزمایش کردند و کار مرا دیدند.
10چهل سال بود که بر این نسل اندوهگین بودم و گفتم این قومی هستند که در دل خود گمراه میشوند و راههای مرا نمیشناسند.
11برای آنها که در غضب خود قسم خوردم که به آرامش من وارد نشوند.

فصل 96

1برای خداوند آواز نو بخوان :ای تمامی زمین، برای خداوند بخوان.
2برای خداوند بخوان، نام او را برکت ده .نجات او را روز به روز نشان دهد.
3جلال او را در میان امتها و شگفتیهای او را در میان همه مردم اعلام کنید.
4زیرا خداوند بزرگ و بسیار قابل ستایش است و از او بیش از همه خدایان ترسیده است.
5زیرا جمیع خدایان امتها بت هستند، اما خداوند آسمانها را آفرید.
6عزت و جلال در پیشگاه اوست، قوت و زیبایی در قدس اوست.
7ای اقوام قوم، به خداوند جلال و قوت بدهید.
8جلال نام او را به خداوند بدهید، قربانی بیاورید و به صحن او بیایید.
9خداوند را در زیبایی قدوس عبادت کنید، ای تمامی زمین از حضور او بترسید.
10در میان امتها بگویید که خداوند سلطنت میکند :جهان نیز ثابت خواهد شد که متزلزل نخواهد شد .او قوم را به عدالت داوری خواهد کرد.
۱۱ آسمانها شادی کنند و زمین شادی کنند .دریا و پری آن غرش کند.
12مزرعه و هر چه در آن است شادی کند، آنگاه همه درختان چوب شادی خواهند کرد.
13در حضور خداوند، زیرا او میآید، زیرا میآید تا زمین را داوری کند.

فصل 97

1خداوند سلطنت می کند .بگذار زمین شادی کند؛ بگذارید کثرت جزایر از آن خوشحال شوند.
2ابرها و ظلمت گرداگرد او را فرا گرفته است و عدالت و داوری مسکن تخت اوست.
3آتشی از پیشاپیش او میروید و دشمنانش را در اطراف میسوزاند.
4صاعقههای او جهان را روشن کرد :زمین دید و لرزید.
5تپهها در حضور خداوند و در حضور خداوند تمام زمین مانند موم ذوب شدند.
6آسمان عدالت او را اعلام میکند و همه قوم جلال او را میبینند.
7شرمنده باشید همهٔ کسانی که بتها را خدمت میکنند و به بتها میبالند، ای خدایان، او را بپرستید.
8صهیون شنید و خوشحال شد .و ای خداوند، دختران یهودا از احکام تو شادی کردند.
9زیرا ای خداوند، تو از تمام زمین بلندی و بر همه خدایان برتری.
10ای کسانی که خداوند را دوست دارید از بدی متنفر باشید .او جان مقدسین خود را حفظ می کند .او آنها را از دست شریران نجات می دهد.
11نور برای عادلان کاشته میشود و شادمانی برای راستدلان.
12ای عادلان در خداوند شاد باشید .و به یاد حضرتش شکر کن.

فصل 98

) 1مزمور (آواز تازه ای برای خداوند بخوان .زیرا او کارهای شگفت انگیزی انجام داده است :دست راست و بازوی مقدس او او را به پیروزی رسانده است.
2خداوند نجات خود را آشکار ساخته است و عدالت خود را در نظر امتها آشکارا نشان داده است.
3او رحمت و راستی خود را نسبت به خاندان اسرائیل به یاد آورده است.
4ای تمامی زمین برای خداوند صدای شادی بیاورید، سرود بلند کنید و شادی کنید و تسبیح بخوانید.
5با چنگ برای خداوند بخوان .با چنگ و صدای مزمور.
6با شیپورها و صدای کرنت در حضور خداوند، پادشاه، آواز شادی بسازید.
7دریا و پری آن غرش کند .دنیا و ساکنان آن.
8سیلها دست خود را بزنند و تپهها با هم شادی کنند
9در حضور خداوند .زیرا او می آید تا زمین را داوری کند.

فصل 99

1خداوند سلطنت می کند .بگذارید مردم بلرزند .او بین کروبیان می نشیند .بگذار زمین حرکت کند
2خداوند در صهیون بزرگ است .و او بالاتر از همه مردم است.
3نام بزرگ و هولناک تو را ستایش کنند .زیرا مقدس است.
4قوت پادشاه نیز داوری را دوست دارد .تو انصاف را برقرار میکنی و در یعقوب داوری و عدالت میکنی.
5یهوه خدای ما را ستایش کنید و بر پایهٔ پای او عبادت کنید .زیرا او مقدس است.
6موسی و هارون از کاهنانش و سموئیل در میان آنانی که نام او را میخوانند .آنها خداوند را صدا کردند و او آنها را اجابت کرد.
7او در ستون ابری با آنها سخن گفت و آنها شهادتهای او و احکامی را که به آنها داد نگاه داشتند.
8ای یهوه خدای ما به آنها پاسخ دادی.
9یهوه خدای ما را ستایش کنید و در تپه مقدس او عبادت کنید .زیرا یهوه خدای ما مقدس است.

فصل 100

) 1مزمور ستایش (.ای همه سرزمینها برای خداوند صدای شادی بیاورید.
2خداوند را با شادی عبادت کنید و با سرود به حضور او بیایید.
3بدانید که خداوند او خداست .او ما را آفریده است، نه خود ما .ما قوم او و گوسفندان چراگاه او هستیم.
4با شکرگزاری به دروازههای او و با ستایش به صحنهای او وارد شوید، از او سپاسگزار باشید و نام او را برکت دهید.
5زیرا خداوند نیکو است .رحمت او جاودانه است .و حقیقت او برای همه نسلها پایدار است.

فصل 101

) 1مزمور داوود (.رحمت و داوری خواهم سرود .ای خداوند، برای تو سرود خواهم خواند.
2من خودم را عاقلانه به شیوه ای عالی رفتار خواهم کرد .ای کی پیش من می آیی؟ من با قلبی کامل در خانه ام قدم خواهم زد.
3هیچ چیز بدی را در برابر چشمان خود قرار نخواهم داد .به من نمی چسبد.
4دل کثیف از من دور میشود و شریر را نمیشناسم.
5هر که به همسایه خود تهمت پنهانی بزند، او را قطع خواهم کرد.
۶ چشمانم به وفاداران زمین خواهد بود تا با من ساکن شوند.
7کسی که حیله می کند در خانه من ساکن نخواهد شد.
8همه شریران زمین را زود نابود خواهم کرد .تا همه شریران را از شهر خداوند منقطع کنم.

فصل 102

) 1دعای مصیبت زده، هنگامی که مغلوب می شود و شکایت خود را به حضور خداوند می ریزد (.دعای من را بشنو ای خداوند، و فریاد من به تو برسد.
2در روزی که در تنگنا هستم، روی خود را از من پنهان مکن .گوش خود را به سوی من متمایل کن، در روزی که صدا می زنم به سرعت مرا اجابت کن.
3زیرا روزهای من مثل دود سوخته است و استخوانهایم مثل آتشدان سوخته است.
4قلب من شکسته و مانند علف خشک شده است .طوری که فراموش کنم نانم را بخورم.
۵ از صدای نالهام، استخوانهایم به پوستم میچسبند.
6من مانند پلیکان بیابان هستم، مانند جغد بیابان هستم.

۷ من تماشا میکنم و مانند گنجشکی تنها بر بالای خانه هستم.
8دشمنانم تمام روز مرا ملامت میکنند .و آنها که بر من دیوانه شده اند بر من قسم خورده اند.
9زیرا خاکستر مانند نان خوردم و نوشیدنی خود را با گریه آمیختم.
10به خاطر خشم و غضب تو، زیرا مرا بلند کردی و به زیر انداختی.
11روزهای من مانند سایهای است که افول میکند .و من مثل علف پژمرده شده ام.
12اما تو، ای خداوند، تا ابد پایدار خواهی بود .و یاد تو برای همه نسلها.
13تو برخاسته و بر صهیون رحمت خواهی کرد، زیرا زمان لطف او، آری، زمان معین فرا رسیده است.
14زیرا بندگانت از سنگهای او لذت میبرند و از گرد و غبار آن عنایت میکنند.
15پس امتها از نام خداوند خواهند ترسید و تمامی پادشاهان زمین از جلال تو خواهند ترسید.
16هنگامی که خداوند صهیون را بنا کند، در جلال خود ظاهر خواهد شد.
17او به دعای تهی دستان توجه خواهد کرد و دعای آنان را تحقیر نخواهد کرد.
18این برای نسل آینده نوشته خواهد شد و قوم خلقت خداوند را ستایش خواهند کرد.
19زیرا او از بلندای قدس خود به پایین نگاه کرده است .خداوند زمین را از آسمان دید.
20برای شنیدن ناله زندانی .از دست دادن کسانی که به مرگ منصوب شده اند.
21تا نام خداوند را در صهیون و ستایش او را در اورشلیم اعلام کنند.
22هنگامی که قوم و ممالک برای خدمت خداوند جمع شوند.
23او قدرت مرا در راه تضعیف کرد .روزهایم را کوتاه کرد
24گفتم ای خدای من، مرا در میان روزهای من نگیر.
25از قدیم زمین را بنا نهادی و آسمانها کار دست توست.
26آنها هلاک خواهند شد، اما تو تحمل خواهی کرد .آنها را به عنوان لباسی تغییر خواهی داد و آنها تغییر خواهند کرد.
27اما تو همان هستی و سالهای تو پایانی نخواهد داشت.
28فرزندان بندگانت باقی خواهند ماند و نسل ایشان در حضور تو استوار خواهند شد.

فصل 103

) 1مزمور داوود (.ای جان من خداوند را متبارک کن و هر آنچه در من است نام مقدس او را برکت دهد.
2ای جان من خداوند را برکت بده و همه نعمتهای او را فراموش مکن.
3که همه گناهان تو را می بخشد .که همه بیماری های تو را شفا می دهد.
4که جان تو را از هلاکت بازخرید می کند .که تو را با محبت و رحمت تاج می گذارد.
5که دهان تو را از چیزهای خوب سیر می کند .تا جوانی تو مانند عقاب تجدید شود.
6خداوند عدالت و داوری را برای همه ستمدیدگان اجرا میکند.
7او راههای خود را به موسی و اعمال خود را به بنی اسرائیل نشان داد.
8خداوند رحیم و بخشنده، دیر خشم و رحمت فراوان است.
۹ او همیشه سرزنش نخواهد کرد و خشم خود را تا ابد حفظ نخواهد کرد.
10او پس از گناهان ما با ما رفتار نکرده است .و بر اساس گناهانمان به ما پاداش نداد.
11زیرا همانطور که آسمان بر زمین بلند است، رحمت او نسبت به کسانی که از او می ترسند بسیار است.
12تا آنجا که مشرق از مغرب دور است، تا آنجا که گناهان ما را از ما دور کرده است.
13مانند پدری که به فرزندان خود ترحم میکند، خداوند نیز بر آنانی که از او میترسند رحم میکند.
14زیرا او چارچوب ما را میداند .او به یاد می آورد که ما خاک هستیم.
15و انسان روزگارش مثل علف است و مثل گل صحرا شکوفا می شود.
16زیرا باد بر آن می گذرد و از بین می رود .و مکان آن دیگر آن را نخواهد دانست.
17اما رحمت خداوند از ازل تا ابد بر آنانی که از او می ترسند، و عدالت او بر فرزندان فرزندان است.
18به کسانی که عهد او را نگاه می دارند و به آنها که احکام او را به خاطر می آورند تا آنها را انجام دهند.
19خداوند تخت خود را در آسمانها آماده کرده است .و پادشاهی او بر همه حکومت می کند.
20ای فرشتگان او، خداوند را برکت دهید، که در قوت هستید و احکام او را به جا می آورید و به صدای کلام او گوش می دهید.
21ای جمیع لشکریان او خداوند را برکت دهید .ای وزرای او که رضایت او را انجام می دهید.
22خداوند را بر تمامی اعمال او در تمامی مکانهای سلطنتش برکت بده .ای جان من خداوند را متبارک کن.

فصل 104

1ای جان من خداوند را برکت بده .ای خداوند، خدای من، تو بسیار بزرگی .تو ملبس به عزت و عظمت.
2که خود را مانند جامه به نور میپوشانی و آسمانها را مانند پرده میگشایی.
3که تیرهای اتاقهای خود را در آب میگذارد و ابرها را ارابه خود میسازد و بر بالهای باد راه میرود.
4که فرشتگان خود را ارواح می سازد .وزرای او آتشی شعله ور:

5که پایههای زمین را گذاشت تا برای همیشه از بین نرود.
6آن را با اعماق پوشاندهای مانند جامهای، و آبها بر فراز کوهها ایستادهاند.
7از سرزنش تو گریختند .با صدای رعد تو به سرعت دور شدند.
8از کوهها بالا می روند .از درهها پایین میروند تا جایی که برایشان بنا کردهای.
9حدی قرار دادی که از آن عبور نکنند .که دیگر برنگردند تا زمین را بپوشانند.
10او چشمهها را به درهها میفرستد که در میان تپهها جاری است.
11به هر جانور صحرا مینوشند و الاغهای وحشی تشنگی خود را سیراب میکنند.
12پرندگان آسمان که در میان شاخهها آواز میخوانند، نزد ایشان ساکن خواهند شد.
13او تپهها را از اتاقهای خود سیراب میکند و زمین از میوه کارهای تو سیر میشود.
14علف را برای چهارپایان و سبزه را برای خدمت انسان می رویاند تا از زمین غذا بیاورد.
15و شرابی که دل انسان را شاد می کند و روغنی که چهره او را درخشان می کند و نانی که قلب انسان را تقویت می کند.
16درختان خداوند پر از شیره است .سروهای لبنان را که کاشته است.
17جایی که پرندگان لانه می سازند، اما لک لک، صنوبر خانه اوست.
18تپههای بلند پناه بزهای وحشی است .و سنگ ها برای مخروط ها.
19او ماه را برای فصول تعیین کرد :خورشید غروب او را میداند.
20تاریکی را میسازی و شب میشود، و همه حیوانات جنگل در آن میخیزند.
21شیرهای جوان به دنبال طعمه خود غرش میکنند و غذای خود را از خدا میخواهند.
۲۲ خورشید طلوع میکند، آنها خود را جمع میکنند و در لانههای خود میخوابانند.
۲۳ انسان برای کار و کار خود تا شام بیرون میرود.
24ای خداوند، اعمال تو چقدر زیاد است !همه آنها را به حکمت آفریدی، زمین از ثروت تو پر است.
25این دریای بزرگ و وسیع که در آن چیزهای بیشمار میخزند، اعم از جانوران کوچک و بزرگ، همینطور است.
26کشتیها به آنجا میروند، آن لویاتان وجود دارد که تو او را برای بازی در آن ساختهای.
27همه اینها منتظر تو هستند .تا گوشت آنها را در موعد مقرر به آنها بدهی.
28که به آنها می دهی، جمع می کنند.
29تو چهره خود را پنهان میکنی، مضطرب میشوند، نفسشان را میگیری، میمیرند و به خاک خود باز میگردند.
30تو روح خود را می فرستی، آنها آفریده می شوند و تو روی زمین را تازه می کنی.
31جلال خداوند تا ابدالاباد خواهد بود و خداوند از اعمال خود شادی خواهد کرد.
32او به زمین می نگرد و می لرزد و تپه ها را لمس می کند و آنها دود می کنند.
33تا زندهام برای خداوند خواهم سرایید و تا زمانی که هستم برای خدای خود ستایش خواهم کرد.
34فکر من در مورد او شیرین خواهد بود و در خداوند شادمان خواهم شد.
35گناهکاران از زمین نابود شوند و شریران دیگر نباشند .ای جان من خداوند را برکت بده .خداوند را ستایش کنید.

فصل 105

1خداوند را سپاس گویید .نام او را بخوانید :اعمال او را در میان مردم آشکار کنید.
2برای او بخوان، برای او مزمور بخوان، از تمامی کارهای شگفت انگیز او سخن بگو.
3به نام مقدس او جلال دهید.
4خداوند و قوت او را بطلبید و چهره او را تا ابد طلب کنید.
5کارهای شگفتانگیز او را به یاد آورید .شگفتی های او و داوری های دهان او.
6ای فرزندان بنده او ابراهیم، ای فرزندان یعقوب برگزیده او.
7او یهوه خدای ما است و احکام او در تمام زمین است.
8او عهد خود را تا ابد به یاد آورد، کلامی را که به هزار نسل امر فرمود.
9عهد او با ابراهیم و سوگند او با اسحاق.
10و همین را برای یعقوب برای شریعت و برای اسرائیل برای عهد جاودانی تأیید کرد.
11و میگویم :سرزمین کنعان را به تو میدهم، قسمت میراث تو را.
12در حالی که تعداد آنها اندک بود .بله، بسیار کم، و غریبه در آن.
13هنگامی که از یک قوم به قوم دیگر، از یک پادشاهی به قومی دیگر رفتند.
14او به کسی اجازه نداد که به آنها ظلم کند.
15و گفت :مسح شده من را لمس نکنید و به انبیای من بدی مکنید.
16و قحطی را بر زمین فرا خواند و تمام عصای نان را پاره کرد.
17او مردی را پیش از ایشان فرستاد، یعنی یوسف را که به غلام فروخته شد.
18پاهای او را با غل و زنجیر صدمه زدند :او را در آهن نهادند.
19تا زمانی که کلام او رسید، کلام خداوند او را امتحان کرد.
20پادشاه فرستاد و او را از دست داد .حتی حاکم مردم، و او را آزاد کنید.

21او را صاحب خانه و فرمانروای تمام دارایی خود ساخت.
22تا شاهزادگان خود را به خواست خود ببندد .و به سناتورهایش حکمت بیاموزد.
23اسرائیل نیز به مصر آمد .و یعقوب در سرزمین حام اقامت گزید.
24و قوم خود را بسیار افزایش داد .و آنها را از دشمنانشان قوی تر کرد.
25او قلب آنها را به نفرت قوم خود تبدیل کرد تا با بندگان خود حیله گری کند.
26او خدمتکار خود موسی را فرستاد .و هارون که او را برگزیده بود.
27آنها نشانههای او را در میان ایشان و شگفتیها در زمین حام نشان دادند.
28او تاریکی را فرستاد و آن را تاریک کرد .و در برابر کلام او قیام نکردند.
29او آبهای آنها را به خون تبدیل کرد و ماهیان آنها را کشت.
30زمین ایشان قورباغهها را در حجرههای پادشاهانشان به وفور بیرون آورد.
31او سخن گفت و انواع مگس و شپش در تمام سواحل آنها آمد.
32به آنها تگرگ برای باران و آتش شعله ور در زمینشان داد.
33انگورها و درختان انجیر ایشان را نیز زد .و درختان سواحل خود را بشکنند.
34او سخن گفت و ملخها و کرمها و آن بی شمار آمدند.
35و تمام گیاهان زمین خود را خورد و میوه زمین آنها را خورد.
36و تمامی نخستزادگان را در سرزمین ایشان، و رئیس تمام قوای ایشان، زد.
37و ایشان را با نقره و طلا بیرون آورد و در میان قبایل ایشان یک نفر ضعیف نبود.
38مصر از رفتن آنها خوشحال شد زیرا ترس از آنها بر آنها فرود آمد.
39او ابری را برای پوشش گسترانید .و آتش برای روشنایی در شب.
40مردم سؤال کردند و او بلدرچین آورد و آنها را از نان بهشت سیر کرد.
41او صخره را باز کرد و آبها فوران کردند .مثل رودخانه در جاهای خشک می دویدند.
42زیرا او وعده مقدس خود را به یاد آورد و خادم خود ابراهیم.
43و قوم خود را با شادی و برگزیدگان خود را با شادی بیرون آورد.
44و زمینهای امتها را به آنها داد و آنها وارث کار قوم شدند.
45تا فرایض او را نگاه دارند و قوانین او را نگاه دارند .خداوند را ستایش کنید.

فصل 106

1خداوند را ستایش کنید .خداوند را شکر کن .زیرا او نیکو است زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
2چه کسی میتواند کارهای بزرگ خداوند را بیان کند؟ چه کسی می تواند تمام ستایش خود را به رخ بکشد؟
3خوشا به حال آنان که داوری میکنند و آن که عدالت را در همه حال انجام میدهد.
4ای خداوند، مرا با لطفی که بر قوم خود مینمایی، یاد کن.
5تا خیر برگزیدگان تو را ببینم و در شادی قوم تو شادمان باشم و با میراث تو جلال نمایم.
۶ ما با پدران خود گناه کردهایم، مرتکب گناه شدهایم، بدکاری کردهایم.
7پدران ما عجایب تو را در مصر درک نکردند .آنها کثرت رحمت تو را به یاد نیاوردند .اما او را در دریا، حتی در دریای سرخ،
تحریک کرد.
۸ امّا به خاطر نام خود ایشان را نجات داد تا قدرت عظیم خود را بشناساند.
9دریای سرخ را نیز ملامت کرد و خشک شد و ایشان را در اعماق هدایت کرد، مانند بیابان.
10و آنها را از دست کسی که از آنها متنفر بود نجات داد و آنها را از دست دشمن نجات داد.
11و آب دشمنان ایشان را پوشانده بود و یکی از آنها باقی نمانده بود.
12آنگاه به سخنان او ایمان آوردند .مدح او را سرودند.
13آنها به زودی کارهای او را فراموش کردند .آنها منتظر مشاوره او نبودند:
14اما در بیابان بسیار هوس کرد و در بیابان خدا را وسوسه کرد.
15و او درخواست آنها را داد .اما لاغری را در روحشان فرستاد.
۱۶ و در لشکرگاه به موسی و هارون قدیس خداوند حسادت کردند.
17زمین گشوده شد و داتان را بلعید و گروه ابیرام را پوشاند.
18و آتشی در گروه ایشان افروخته شد .شعله شریر را سوزاند.
۱۹ و در حوریب گوسالهای ساختند و مجسمه مذاب را پرستش کردند.
20بدین ترتیب جلال خود را به مثابه گاوی که علف می خورد تغییر دادند.
21آنها خدای نجات دهنده خود را که کارهای بزرگی در مصر انجام داده بود، فراموش کردند.
22کارهای شگفت انگیز در سرزمین هام و چیزهای وحشتناک در کنار دریای سرخ.
23پس او گفت که آنها را هلاک خواهد کرد، اگر موسی برگزیده او در برابر او در شکاف ایستاده نبود تا خشم خود را از بین ببرد تا مبادا
آنها را هلاک کند.
24آری، زمین دلپذیر را تحقیر کردند، به کلام او ایمان نیاوردند.

25اما در خیمه های خود زمزمه کردند و به صدای خداوند گوش نکردند.
26پس دست خود را بر ایشان بلند کرد تا ایشان را در بیابان سرنگون کند.
27تا ذریت ایشان را نیز در میان قومها سرنگون سازند و ایشان را در زمینها پراکنده سازند.
28آنها نیز به بعلفعور پیوستند و قربانی مردگان را خوردند.
29و بدین ترتیب با اختراعات خود خشم او را برانگیختند و طاعون بر آنها فرود آمد.
30آنگاه فینهاس برخاست و داوری کرد و بلا متوقف شد.
31و این برای او برای عدالت برای همه نسلها تا ابد شمرده شد.
32او را نیز بر آبهای نزاع خشمگین ساختند، بهطوری که موسی به خاطر آنها بد شد.
33زیرا روح او را برانگیختند، به طوری که او با لب های خود ناروا صحبت می کرد.
34آنها قومهایی را که خداوند به آنها امر فرموده بود هلاک نکردند.
35اما در میان امتها آمیخته شدند و کارهای ایشان را آموختند.
36و بتهای خود را پرستیدند که برای ایشان دام بود.
37آری، آنها پسران و دختران خود را برای شیاطین قربانی کردند،
38و خون بیگناه را ریختند، حتی خون پسران و دختران خود را که آنها را برای بتهای کنعان قربانی کردند، و زمین به خون آلوده شد.
39به این ترتیب آنها با اعمال خود آلوده شدند و با اختراعات خود به فحشا پرداختند.
40از این رو خشم خداوند بر قوم خود افروخته شد، چنان که از میراث خود بیزار شد.
41و آنها را به دست امتها سپرد .و کسانی که از آنها متنفر بودند بر آنها حکومت کردند.
42دشمنان ایشان نیز بر ایشان ظلم کردند و تحت تسلیم ایشان در آمدند.
43او بارها آنها را نجات داد .اما آنها با مشورت خود او را برانگیختند و به دلیل گناه خود پست شدند.
44با این وجود، چون فریاد ایشان را شنید، به مصیبت ایشان توجه کرد:
45و او عهد خود را برای آنها به یاد آورد و برحسب کثرت رحمت خود توبه کرد.
46او آنها را نیز برای همه کسانی که آنها را به اسیری بردند ترحم کرد.
47ای یهوه خدای ما، ما را نجات ده و ما را از میان امتها جمع کن تا نام مقدس تو را شکر کنیم و در ستایش تو پیروز شویم.
48یهوه خدای اسرائیل از ازل تا ابد متبارک باشد و تمامی قوم بگویند آمین .خداوند را ستایش کنید.

فصل 107

1خداوند را سپاس گویید زیرا او نیکو است زیرا که رحمت او تا ابدالاباد است.
2فدیههای خداوند که از دست دشمن فدیه داده است، چنین بگویند.
3و ایشان را از سرزمینها، از مشرق و از مغرب، از شمال و از جنوب جمع کرد.
4در بیابان به تنهایی سرگردان بودند .شهری برای سکونت پیدا نکردند.
5گرسنه و تشنه جانشان در آنها غش کرد.
6آنگاه در مصیبت خود نزد خداوند فریاد زدند و او ایشان را از مصیبتهایشان نجات داد.
7و ایشان را از راه راست هدایت کرد تا به شهر مسکونی بروند.
8وای که مردم خداوند را برای نیکوییاش و کارهای شگفتانگیز او برای بنیهای انسان ستایش کنند.
9زیرا که روح مشتاق را سیر می کند و روح گرسنه را از خوبی سیر می کند.
10مانند نشستن در تاریکی و در سایه مرگ، در بند و تنگی و آهن.
11زیرا آنها از سخنان خدا عصیان کردند و نصیحت حضرت عالی را تحقیر کردند.
12پس قلب ایشان را با زحمت نازل کرد .افتادند و هیچ کمکی نبود.
13آنگاه در مصیبت خود نزد خداوند فریاد زدند و او آنها را از مصیبتهایشان نجات داد.
14او آنها را از تاریکی و سایه مرگ بیرون آورد و بندهای آنها را گسست.
15وای که مردم خداوند را برای نیکویی او و کارهای شگفتانگیز او برای بنیهای انسان ستایش کنند.
16زیرا دروازههای برنجی را شکسته و میلههای آهنی را بریده است.
17احمقها بهخاطر تجاوز و گناههایشان مصیبت میزنند.
18جان ایشان از هر نوع گوشت بیزار است .و به دروازه های مرگ نزدیک می شوند.
19آنگاه در مصیبت خود نزد خداوند فریاد میزنند و او ایشان را از مصیبتهایشان نجات میدهد.
20او کلام خود را فرستاد و آنها را شفا داد و آنها را از هلاکتهایشان رهانید.
21ای کاش خداوند برای نیکویی او و کارهای شگفت او برای بنی آدمیان ستایش کنند.
۲۲ و قربانیهای شکرگزاری را قربانی کنند و کارهای او را با شادی اعلام کنند.
23آنانی که با کشتی به دریا فرود می آیند و در آبهای بزرگ تجارت می کنند.
24اینها کارهای خداوند و شگفتیهای او را در اعماق می بینند.
25زیرا او فرمان می دهد و باد طوفانی را برمی انگیزد که امواج آن را برمی انگیزد.
26به آسمان میروند، دوباره به اعماق فرو میروند، جانشان از دردسر ذوب میشود.
27به این طرف و آن طرف میپیچند و مثل یک مست تلو تلو میخورند و در نهایت عقل خود هستند.

۲۸ آنگاه در مصیبت خود نزد خداوند فریاد میزنند و او ایشان را از مصیبتهایشان رهایی میبخشد.
29او طوفان را آرام میسازد تا امواج آن ساکن باشند.
30پس از این که ساکت هستند خوشحال می شوند .پس آنها را به پناهگاه مورد نظرشان می آورد.
31ای کاش خداوند برای نیکویی او و کارهای شگفتانگیز او برای بنی آدمیان ستایش کنند.
32او را در جماعت قوم ستایش کنند و در جماعت مشایخ او را ستایش کنند.
33او نهرها را به بیابان و چشمهها را به زمین خشک تبدیل میکند.
34زمین حاصلخیز به دلیل شرارت ساکنان آن بایر شد.
35او بیابان را به آب ساکن و زمین خشک را به چشمههای آب تبدیل میکند.
36و گرسنگان را در آنجا ساکن میسازد تا شهری برای سکونت آماده کنند.
37و مزرعهها را بکارید و تاکستانهایی بکارید که ثمرههای زائد به بار آورد.
38ایشان را نیز برکت میدهد، به طوری که بسیار زیاد میشوند .و اجازه نمی دهد که چهارپایانشان کم شود.
39باز هم در اثر ظلم و رنج و اندوه تضعیف و پست می شوند.
40و بر شاهزادگان تحقیر میکند و آنها را در بیابان سرگردان میکند، جایی که راهی نیست.
41با این حال فقیر را از مصیبت بالا می برد و او را مانند گله خانواده می سازد.
42عادل آن را خواهد دید و شادی خواهد کرد و هر گناهی دهان او را خواهد گرفت.
43هر که حکیم باشد و این چیزها را رعایت کند، محبت خداوند را نیز درک خواهد کرد.

فصل 108

(1سرود یا مزمور داوود (.خدایا، قلب من ثابت است .من حتی با جلال خود خواهم سرود و ستایش خواهم کرد.
2بیدار، مزبور و چنگ :من خودم زود بیدار خواهم شد.
3ای خداوند، تو را در میان قومها ستایش خواهم کرد و در میان امتها برای تو ستایش خواهم کرد.
4زیرا رحمت تو از آسمانها زیاد است و حقیقت تو تا ابرها می رسد.
5ای خدا، بر آسمانها سربلند باش، و جلال تو بر تمامی زمین.
6تا محبوب تو رهایی یابد، با دست راستت نجات ده و مرا اجابت کن.
7خدا در قدوسیت خود سخن گفته است .من شادی خواهم کرد، شکیم را تقسیم خواهم کرد و دره سوکوت را خواهم دید.
8جلعاد مال من است .منسی مال من است .افرایم نیز قوت سر من است .یهودا قانونگذار من است.
9موآب ظرف شستشوی من است .نعل خود را بر ادوم خواهم انداخت .بر فلسطین پیروز خواهم شد.
10چه کسی مرا به شهر قوی خواهد آورد؟ چه کسی مرا به ادوم خواهد برد؟
11ای خدا، آیا تو که ما را بیرون انداختی؟ و ای خدا آیا تو با لشکرهای ما بیرون نمی روی؟
12ما را از مصیبت یاری فرما زیرا یاری انسان بیهوده است.
13از طریق خدا شجاعت خواهیم کرد زیرا اوست که دشمنان ما را زیر پا خواهد گذاشت.

فصل 109

(1مزامیر داوود به نوازنده اعظم (.ای خدای ستایش من، سکوت مکن.
2زیرا دهان شریران و فریبکاران بر ضد من گشوده شده است.
3مرا با سخنان نفرتآمیز احاطه کردند .و بدون دلیل با من جنگید.
4به خاطر عشق من، آنها با من مخالفند، اما من خود را به دعا می سپارم.
5و به من بدی را در عوض نیکی و نفرت را به خاطر محبتم پاداش دادند.
۶ مرد شریر را بر او قرار ده و شیطان در دست راست او بایستد.
7هنگامی که او داوری شود، محکوم شود و دعایش گناه شود.
8روزهای او کم باشد .و بگذارید دیگری دفتر او را بگیرد.
۹ فرزندانش یتیم و زنش بیوه بمانند.
10فرزندان او دائماً ولگرد و التماس باشند و نان خود را نیز از جاهای خالی خود بجویند.
11باجگیر هر چه دارد را بگیرد .و اجازه دهید غریبه ها کار او را خراب کنند.
12کسی نباشد که بر او رحم کند و یتیمان او را لطف کند.
13نسل او منقطع شود .و در نسل بعدی نام آنها محو شود.
14گناه پدران او نزد خداوند یاد شود .و گناه مادرش پاک نشود.
15ایشان دائماً در حضور خداوند باشند تا یاد ایشان را از زمین منقطع سازد.
16زیرا به یاد آورد که رحم نکند، بلکه فقیر و نیازمند را جفا کرد تا حتی شکستههای دل را بکشد.
17همانطور که لعن را دوست داشت، به او بیاید، همانطور که از برکت راضی نبود، از او دور باشد.
18همانطور که مانند جامه خود را ملبس به لعن کرد، آن را مانند آب در روده های او و مانند روغن در استخوان هایش بیاید.
19برای او مانند جامهای باشد که او را میپوشاند، و بهعنوان کمربندی که پیوسته به آن میبندند.

20این باشد پاداش دشمنان من از جانب خداوند و کسانی که به جان من بد می گویند.
21اما تو به خاطر نام خود، ای خداوند یهوه، برای من عمل کن، زیرا که رحمت تو خوب است، مرا رهایی بخش.
22زیرا من فقیر و نیازمندم و قلبم در درونم جریحه دار شده است.
23من چون سایه فرو میروم چون ملخ به بالا و پایین پرتاب میشوم.
24زانوهای من در اثر روزه ضعیف میشوند .و گوشت من کم چرب است.
25من نیز برای آنها مایه ننگ شدم و چون به من نگاه کردند سرهای خود را تکان دادند.
26ای یهوه خدای من مرا یاری کن، مرا برحسب رحمت خود نجات ده.
27تا بدانند که این دست توست .که تو ای خداوند، آن را انجام دادی.
28آنها را نفرین کن، اما تو برکت بده .اما بگذار بنده تو شادی کند.
29دشمنان من لباس خجالت بپوشانند و خود را مانند جامه با سرگشتگی خود بپوشانند.
30با دهان خود خداوند را بسیار ستایش خواهم کرد .آری، او را در میان جمعیت ستایش خواهم کرد.
31زیرا او در دست راست فقرا خواهد ایستاد تا او را از دست کسانی که جان او را محکوم میکنند نجات دهد.

فصل 110

) 1مزمور داوود (.خداوند به خداوند من گفت :در دست راست من بنشین تا دشمنانت را زیر پای تو قرار دهم.
2خداوند عصای قوت تو را از صهیون خواهد فرستاد .تو در میان دشمنانت حکومت کن.
3قوم تو در روز اقتدار تو، در زیباییهای قدوس از رحم صبحگاهی، حاضر خواهند بود .شبنم جوانی تو را داری.
4خداوند سوگند یاد کرده است و توبه نخواهد کرد، تو کاهن تا ابد به حکم ملکیصدق.
5خداوند در دست راست تو در روز غضب خود پادشاهان را خواهد زد.
6او در میان امتها داوری خواهد کرد و مکانها را با اجساد پر خواهد کرد .او سر بسیاری از کشورها را زخمی خواهد کرد.
7او در راه از نهر خواهد نوشیدند، پس سر را بلند خواهد کرد.

فصل 111

1خداوند را ستایش کنید .خداوند را با تمام دل، در جماعت راستین و در جماعت ستایش خواهم کرد.
2اعمال خداوند بزرگ است و از جمیع کسانی که از آن خوششان میآید جستجو میشود.
3عمل او محترم و با جلال است و عدالت او تا ابدالاباد است.
4او کارهای شگفتانگیز خود را به یاد میآورد :خداوند بخشنده و مهربان است.
5او به کسانی که از او می ترسند گوشت داده است و همیشه از عهد خود آگاه خواهد بود.
6او قوم خود را به قدرت اعمال خود نشان داده است تا میراث امتها را به آنها بدهد.
7اعمال دستهای او راستی و داوری است .همه احکام او قطعی است.
8آنها تا ابدالاباد پایدار میایستند و به راستی و راستی انجام میشوند.
9او فدیه را برای قوم خود فرستاد و عهد خود را برای همیشه امر فرموده است .نام او مقدس و محترم است.
10ترس خداوند سرآغاز حکمت است .همه کسانی که اوامر او را به جا میآورند خردمندند و ستایش او تا ابدالاباد است.

فصل 112

1خداوند را ستایش کنید .خوشا به حال کسی که از خداوند می ترسد و از اوامر او بسیار لذت می برد.
2ذریت او بر زمین نیرومند خواهند بود و نسل صالحان برکت خواهند یافت.
3مال و ثروت در خانه او خواهد بود و عدالت او تا ابدالاباد است.
4در تاریکی روشنایی برای راستگویان برمیخیزد.
5مرد نیکو لطف میکند و قرض میدهد و امور خود را با احتیاط هدایت میکند.
6بیتردید او تا ابد متزلزل نخواهد شد :نیکوکاران در یاد ابدی خواهند بود.
7او از مژدههای بد ترسی نخواهد داشت، دلش ثابت است و بر خداوند توکل دارد.
8دل او استوار است، او نمی ترسد، تا زمانی که آرزوی خود را بر دشمنان خود ببیند.
9او پراکنده است، به فقرا داده است .عدالت او تا ابدالاباد است .شاخ او با افتخار بلند خواهد شد.
10شریران آن را خواهند دید و اندوهگین خواهند شد .دندانهای خود را به هم خواهد سایید و ذوب خواهد شد.

فصل 113

1خداوند را ستایش کنید .ای بندگان خداوند، نام خداوند را ستایش کنید.
۲ نام خداوند از این زمان به بعد و تا ابدالاباد مبارک باد.
3از طلوع خورشید تا غروب آن، نام خداوند ستودنی است.

4خداوند بر تمامی امتها بلند است و جلال او بر آسمانها.
5کیست که شبیه یهوه خدای ماست که در بلندی ساکن است،
6کسی که خود را فروتن میکند تا چیزهایی را که در آسمان و زمین است ببیند!
7فقیران را از خاک برمیخیزد و نیازمندان را از مدفوع بیرون میآورد.
8تا او را با امیران، حتی با امیران قوم خود قرار دهد.
9او زن نازا را برای نگهبانی خانه و مادر شادمانی فرزندان قرار می دهد .خداوند را ستایش کنید.

فصل 114

1هنگامی که اسرائیل از مصر خارج شد، خاندان یعقوب از قوم غریب زبان.
2یهودا پناهگاه او بود و اسرائیل سلطنت او.
3دریا آن را دید و گریخت و اردن رانده شد.
4کوهها مانند قوچ میپریدند و تپهها مانند برهها.
5ای دریا چه رنجی بر تو زد که فرار کردی؟ ای اردن، که رانده شدی؟
6ای کوهها که مانند قوچ از آنها پریدید .و شما تپه های کوچک مانند بره ها؟
7ای زمین، در حضور خداوند، در حضور خدای یعقوب، بلرز.
8که صخره را به آب ساکن و سنگ چخماق را به چشمه آب تبدیل کرد.

فصل 115

1نه به ما ای خداوند، نه به ما، بلکه به نام خود جلال بده، به خاطر رحمت خود، و به خاطر راستی خود.
2پس امتها باید بگویند که اکنون خدای آنها کجاست؟
3امّا خدای ما در آسمانهاست و هر چه بخواهد انجام داده است.
4بتهای ایشان نقره و طلا، کار دستهای مردم است.
5دهان دارند، اما حرف نمیزنند، چشم دارند، اما نمیبینند.
6گوش دارند، اما نمی شنوند، بینی دارند، اما بوی نمی دهند.
7دست دارند، اما دست ندارند، پا دارند، اما راه نمیروند و از گلوی خود سخن نمیگویند.
8کسانی که آنها را می سازند مانند آنها هستند .هر کس به آنها اعتماد کند نیز چنین است.
9ای اسرائیل، بر خداوند توکل کن .او کمک و سپر ایشان است.
10ای خاندان هارون، بر خداوند توکل کنید، او یاور و سپر ایشان است.
11ای شما که از خداوند می ترسید، بر خداوند توکل کنید زیرا او کمک و سپر ایشان است.
12خداوند به ما توجه داشته است .او ما را برکت خواهد داد .او خاندان اسرائیل را برکت خواهد داد .او خانه هارون را برکت خواهد داد.
13کوچك و بزرگ را برکت خواهد داد که از خداوند می ترسند.
14خداوند شما و فرزندانتان را بیشتر و بیشتر خواهد کرد.
15شما از خداوندی که آسمان و زمین را آفرید متبرک هستید.
16آسمان، یعنی آسمانها از آن خداوند است، اما زمین را به بنی انسان بخشیده است.
17مردگان خداوند را ستایش نمیکنند و هیچکسی که در سکوت فرو میرود.
18اما خداوند را از این زمان به بعد و تا ابدالاباد برکت خواهیم داد .خداوند را ستایش کن.

فصل 116

1خداوند را دوست دارم، زیرا او صدای من و دعای مرا شنیده است.
2چون او گوش خود را به من متمایل کرده است، پس تا زمانی که زنده هستم او را خواهم خواند.
3غم و اندوه مرگ مرا احاطه کرد و دردهای جهنم مرا فراگرفته است :مصیبت و اندوه یافتم.
4آنگاه نام خداوند را خواندم .ای خداوند، از تو خواهش می کنم، جان مرا رهایی بخش.
5خداوند بخشنده و عادل است .آری، خدای ما مهربان است.
6خداوند سادهگان را حفظ میکند :من پست شدم و او به من کمک کرد.
7ای جان من به آرامش خود بازگرد .زیرا خداوند با تو سخاوت کرده است.
8زیرا جان مرا از مرگ و چشمانم را از اشک و پاهایم را از افتادن نجات دادی.
9به حضور خداوند در زمین زندگان راه خواهم رفت.
10ایمان آوردم، از این رو گفتهام :بسیار متضرر شدم.
11من در عجله خود گفتم :همه مردم دروغگو هستند.
12به خاطر همه منافعی که خداوند نسبت به من دارد، چه چیزی به او بدهم؟
13جام نجات را خواهم گرفت و نام خداوند را خواهم خواند.

14اکنون در حضور تمامی قوم او نذرهای خود را به خداوند ادا خواهم کرد.
15مرگ مقدّسین او در نظر خداوند گرانبهاست.
16خداوندا، من واقعاً بنده تو هستم .من بنده تو هستم و پسر کنیز تو هستم.
17برای تو قربانی شکرگزاری خواهم کرد و نام خداوند را خواهم خواند.
18من اکنون در حضور تمامی قوم او نذرهای خود را به خداوند ادا خواهم کرد.
19در صحنهای خانه خداوند، در میان تو، ای اورشلیم .خداوند را ستایش کنید.

فصل 117

1ای جمیع قومها، خداوند را ستایش کنید، ای همه قوم او را ستایش کنید.
2زیرا رحمت او نسبت به ما بسیار است و حقیقت خداوند تا ابدالاباد است .خداوند را ستایش کنید.

فصل 118

1خداوند را سپاس گویید .زیرا او نیکو است زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
2اکنون اسرائیل بگوید که رحمت او تا ابدالاباد است.
3اکنون خاندان هارون بگویند که رحمت او تا ابدالاباد است.
4اکنون آنانی که از خداوند می ترسند بگویند که رحمت او تا ابدالاباد است.
5در تنگی خداوند را خواندم، خداوند مرا اجابت کرد و مرا در مکانی بزرگ قرار داد.
6خداوند با من است .من نمی ترسم :انسان با من چه می تواند بکند؟
7خداوند سهم من را با کسانی که مرا یاری میکنند میپذیرد، پس آرزوی خود را بر کسانی که از من متنفرند خواهند دید.
۸ توکل بر خداوند بهتر از اعتماد به انسان است.
۹ توکل بر خداوند بهتر از اعتماد به امیران است.
10همه امتها مرا احاطه کردند، اما به نام خداوند ایشان را هلاک خواهم کرد.
11مرا احاطه کردند .آری، مرا احاطه کردند، اما به نام خداوند آنها را هلاک خواهم کرد.
12مثل زنبورها مرا احاطه کردند .آنها مانند آتش خار خاموش می شوند، زیرا به نام خداوند آنها را هلاک خواهم کرد.
13تو به من سخت زدی تا بیفتم، اما خداوند مرا یاری کرد.
14خداوند قوت و سرود من است و نجات من شده است.
15آواز شادی و نجات در خیمههای صالحان است .دست راست خداوند شجاعانه عمل میکند.
16دست راست خداوند متعالی است، دست راست خداوند شجاعانه عمل میکند.
17من نخواهم مرد، بلکه زنده خواهم ماند و اعمال خداوند را اعلام خواهم کرد.
18خداوند مرا شدیداً تنبیه کرده است، اما مرا به مرگ تسلیم نکرده است.
19درهای عدالت را به روی من بگشا و به آنها خواهم رفت و خداوند را ستایش خواهم کرد.
20این دروازه خداوند است که صالحان به آن داخل خواهند شد.
21تو را ستایش خواهم کرد زیرا که مرا شنیدی و نجات من شدی.
۲۲ سنگی که سازندگان از آن امتناع کردند، سنگ سر گوشه شد.
23این کار خداوند است .در چشم ما شگفت انگیز است.
24این روزی است که خداوند آفریده است .ما از آن خوشحال خواهیم شد و خوشحال خواهیم شد.
25ای خداوند، من از تو التماس میکنم، ای خداوند، از تو خواهش میکنم، اکنون رفاه را بفرست.
26متبارک باد کسی که به نام خداوند میآید .ما شما را از خانه خداوند برکت دادهایم.
27خداوند خداوند است که به ما نور نشان داده است :قربانی را با ریسمانها به شاخهای مذبح ببندید.
28تو خدای من هستی و من تو را ستایش خواهم کرد .تو خدای من هستی، تو را ستایش خواهم کرد.
29خداوند را سپاس گویید .زیرا او نیکو است زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.

فصل 119

1الف .خوشا به حال بی آلایشان در راه که در شریعت خداوند سلوک می کنند.
2خوشا به حال کسانی که شهادات او را نگاه می دارند و با تمام دل او را می جویند.
3آنها نیز هیچ گناهی نمیکنند، بلکه در راه او میروند.
4تو به ما دستور دادهای که احکام خود را به دقت نگاه داریم.
5ای کاش راههای من برای حفظ فرایض تو هدایت می شد!
6آنگاه من شرمنده نخواهم شد، چون به تمام احکام تو احترام بگذارم.
7تو را به راستی دل ستایش خواهم کرد، چون احکام عادلانه تو را بیاموزم.
8من فرایض تو را نگاه خواهم داشت و مرا کاملاً ترک مکن.

9بث .یک جوان چگونه راه خود را پاک می کند؟ با توجه به آن مطابق کلام خود.
10با تمام قلبم تو را طلبیدهام، بگذار از احکام تو سرگردان نباشم.
۱۱ کلام تو را در دل خود پنهان کردهام تا بر تو گناه نکنم.
12ای خداوند، تو متبارک هستی، فرایض خود را به من بیاموز.
13تمام احکام دهان تو را با لبهای خود بیان کردم.
14در راه شهادتهای تو به اندازه همه ثروتها شادی کردم.
15در احکام تو تفکر خواهم کرد و به راههای تو احترام خواهم گذاشت.
۱۶ از فرایض تو لذت خواهم برد و کلام تو را فراموش نخواهم کرد.
.GIMEL 17با بنده خود فضل کن تا زنده بمانم و قول تو را نگاه دارم.
18چشمان مرا بگشا تا چیزهای شگفت انگیز شریعت تو را ببینم.
19من در زمین غریبم، احکام خود را از من پنهان مکن.
20جان من به خاطر اشتیاقی که به قضاوتهای تو در هر زمان دارد می شکند.
21مغرورانی را که از اوامر تو دور میشوند، سرزنش کردی.
22سرزنش و تحقیر را از من دور کن .زیرا من شهادتهای تو را نگاه داشته ام.
23امیران نیز بر ضد من نشستهاند و سخن میگویند، اما غلام تو در فرایض تو میاندیشد.
24شهادات تو نیز مایه خرسندی من و مشاوران من است.
.DALETH 25جان من به خاک میچسبد، مرا به قول خود زنده کن.
26من راههای خود را اعلام کردم و تو مرا شنیدی، فرایض خود را به من بیاموز.
27مرا راه احکام خود را درك کن و از اعمال شگفت تو سخن خواهم گفت.
28جان من از سنگینی ذوب میشود، برحسب کلام خود مرا تقویت کن.
29راه دروغ را از من دور کن و شریعت خود را به من عطا کن.
30من راه راستی را برگزیدهام و احکام تو را بر خود گذاشتهام.
31من به شهادتهای تو چسبیدهام :خداوندا، مرا شرمنده مکن.
32من در راه اوامر تو خواهم رفت، آنگاه که تو قلب مرا بزرگ کنی.
33او .ای خداوند، راه فرایض خود را به من بیاموز .و من آن را تا آخر حفظ خواهم کرد.
34مرا درک کن تا شریعت تو را نگاه دارم .آری، با تمام وجودم آن را رعایت خواهم کرد.
35مرا در راه اوامر خود قرار ده .زیرا من از آن لذت می برم.
36دلم را به شهادتهایت متمایل کن، نه به طمع.
37چشمانم را از دیدن باطل برگردان .و مرا در راه خود زنده کن.
38کلام خود را به بنده خود که به ترس تو پایبند است، ثابت کن.
39سرزنش من را که از آن می ترسم دور کن زیرا که داوری تو نیکو است.
40اینک، من مشتاق احکام تو هستم، مرا در عدالت خود زنده کن.
.VAU 41برطبق کلام تو، ای خداوند، رحمت تو نیز بر من نازل شود.
42پس من باید به کسی که مرا سرزنش می کند پاسخ دهم زیرا به کلام تو اعتماد دارم.
43و کلام راست را کاملاً از دهان من نگیرید .زیرا من به قضاوتهای تو امیدوار بوده ام.
44پس شریعت تو را تا ابدالاباد حفظ خواهم کرد.
45و من در آزادی راه خواهم رفت زیرا که دستورات تو را می جویم.
46از شهادتهای تو نیز در حضور پادشاهان سخن خواهم گفت و شرمنده نخواهم شد.
47و از احکام تو که دوست داشتهام لذت خواهم برد.
48دستان خود را نیز به سوی احکام تو که دوست داشتهام، بلند خواهم کرد .و در فرایض تو تأمل خواهم کرد.
49زین .کلام بنده خود را که مرا به آن امیدوار کردی به خاطر بیاور.
50تسلی من در مصیبت من این است زیرا کلام تو مرا زنده کرده است.
51متکبران مرا به شدت مسخره کردند، اما از شریعت تو سرپیچی نکردم.
52ای خداوند، داوریهای تو را به یاد آوردم .و به خودم آرامش داده ام
53از شریانی که شریعت تو را ترک میکنند، وحشت مرا فراگرفته است.
54فرایض تو سرودهای من در خانه زیارت من بوده است.
55ای خداوند نام تو را در شب به یاد آوردم و شریعت تو را نگاه داشتم.
56این را داشتم، زیرا دستورات تو را نگاه داشتم.
.CHETH 57تو سهم من هستی، ای خداوند، گفته ام که سخنان تو را حفظ خواهم کرد.
58با تمام قلبم از تو التماس کردم، برحسب کلام خود بر من رحم کن.
59در راههای خود فکر کردم و پاهای خود را به شهادتهای تو معطوف کردم.
60من عجله کردم و در انجام احکام تو تأخیر نداشتم.
61گروههای شریران مرا غارت کردند، اما من شریعت تو را فراموش نکردم.
62در نیمهشب برخواهم خاست تا بهخاطر داوریهای عادلانه تو از تو سپاسگزاری کنم.

63من با همه کسانی هستم که از تو می ترسند و احکام تو را نگاه می دارند.
64ای خداوند، زمین از رحمت تو پر است .فرایض خود را به من بیاموز.
.TETH 65ای خداوند، برحسب کلام خود با بنده خود نیکی کردی.
۶۶ داوری نیکو و دانش را به من بیاموز زیرا که به احکام تو ایمان آوردهام.
67قبل از این که مصیبت بخورم، گمراه شدم، اما اکنون به قول تو نگاه دارم.
68تو خوب هستی و نیکی می کنی .فرایض خود را به من بیاموز.
69متکبران بر من دروغ گفتهاند، اما من احکام تو را با تمام دل نگاه خواهم داشت.
70دلشان مانند روغن چاق است .اما من از شریعت تو لذت می برم.
71برای من خوب است که مصیبت دیدهام .تا فرایض تو را بیاموزم.
72قانون دهان تو برای من از هزاران طلا و نقره بهتر است.
.JOD 73دستهای تو مرا آفریده و به من شکل داده است، مرا درک کن تا احکام تو را بیاموزم.
74آنانی که از تو می ترسند با دیدن من خوشحال خواهند شد .زیرا به کلام تو امیدوار شده ام.
75ای خداوند، میدانم که احکام تو درست است و تو در وفاداری مرا آزار دادهای.
76، از تو میخواهم، مهربانی مهربانت برای تسلی من باشد، طبق قولی که به بنده خود کردهای.
77رحمت تو بر من بیاید تا زنده بمانم زیرا شریعت تو لذت من است.
78مغرور شرمنده شوند .زیرا آنها بدون دلیل با من انحراف کردند، اما من در احکام تو فکر خواهم کرد.
79کسانی که از تو می ترسند به من روی آورند و کسانی که شهادت های تو را می دانند.
80دل من در فرایض تو سالم باشد .که شرمنده نباشم
.CAPH 81جان من برای نجات تو غش می کند، اما به کلام تو امیدوار هستم.
82چشمانم از کلام تو ناامید میشود و میگویم :کی به من دلداری میدهی؟
83زیرا من مانند شیشه ای در دود شده ام .اما فرایض تو را فراموش نمی کنم.
84ایام بنده تو چند است؟ چه زمانی بر آنانی که به من آزار میدهند، داوری خواهی کرد؟
85مغروران برای من گودالهایی حفر کرده اند که از شریعت تو پیروی نمی کنند.
86تمام اوامر تو وفادار است .به من کمک کن
87نزدیک بود مرا بر روی زمین هلاک کنند .اما من دستورات تو را رها نکردم.
88مرا پس از محبت خود زنده کن .پس شهادت دهان تو را نگه خواهم داشت.
.LAMED 89ای خداوند، کلام تو تا ابد در آسمان مستقر است.
90وفاداری تو برای همه نسلها است، تو زمین را استوار کردی و باقی میماند.
91آنها امروز را طبق احکام تو میگذرانند، زیرا همه بندگان تو هستند.
92اگر شریعت تو مایه لذت من نبود، باید در مصیبت خود هلاک می شدم.
93من هرگز دستورات تو را فراموش نخواهم کرد زیرا با آنها مرا زنده کردی.
94من از آن تو هستم، مرا نجات ده .زیرا من به دنبال احکام تو بوده ام.
95شریران منتظرند تا من را هلاک کنم، اما من شهادتهای تو را ملاحظه خواهم کرد.
96من پایان هر کمال را دیدم، اما فرمان تو بسیار گسترده است.
.MEM 97ای من چقدر شریعت تو را دوست دارم !تمام روز مدیتیشن من است.
98تو به وسیله احکام خود مرا از دشمنانم داناتر ساختي، زیرا آنها همیشه با من هستند.
99من از همه معلمان خود داناتر هستم زیرا که شهادتهای تو تفکر من است.
100من از پیشینیان بیشتر می فهمم، زیرا دستورات تو را نگاه می دارم.
101پاهای خود را از هر راه بد باز داشته ام تا کلام تو را نگاه دارم.
102من از احکام تو عدول نکردهام، زیرا تو به من تعلیم دادی.
103چه شیرین است سخنان تو به ذائقه من !آری، شیرین تر از عسل برای دهان من!
104از احکام تو فهم میکنم، پس از هر راه نادرستی متنفرم.
105راهبه .کلام تو چراغی است برای پای من و نوری برای راه من.
106سوگند خوردهام و آن را انجام خواهم داد که احکام عادلانه تو را نگاه دارم.
107من بسیار مصیبت زدهام، ای خداوند مرا برحسب کلام خود زنده کن.
108ای خداوند، هدایای آزادانه دهان من را بپذیر و احکام خود را به من بیاموز.
109جان من پیوسته در دست من است، اما شریعت تو را فراموش نمیکنم.
110شریران برای من دام انداختهاند، اما من از دستورات تو گمراه نشدم.
111شهادات تو را به میراث تا ابد گرفتم زیرا که شادی قلب من است.
112من دل خود را متمایل کردهام که فرایض تو را همیشه و تا آخر انجام دهم.
.SAMECH 113من از افکار بیهوده متنفرم، اما شریعت تو را دوست دارم.
114تو مخفیگاه و سپر منی، به قول تو امید دارم.
115ای بدکاران از من دور شوید زیرا که اوامر خدای خود را نگاه خواهم داشت.
116برحسب کلام خود مرا حمایت کن تا زنده باشم و از امید خود شرمنده نباشم.

117مرا نگه دار تا در امان باشم و به فرایض تو پیوسته احترام خواهم گذاشت.
118تو همه کسانی را که از فرایض خود منحرف میشوند زیر پا گذاشتهای، زیرا فریب آنها دروغ است.
119تو همه شریران زمین را مانند تفاله دور میکنی، پس شهادتهای تو را دوست دارم.
120بدن من از ترس تو می لرزد .و من از قضاوت تو می ترسم.
.AIN 121من قضاوت و عدالت کردم :مرا به ستمگرانم واگذار مکن.
122برای بنده خود به نیکی ضامن باش، مبادا متکبران به من ظلم کنند.
123چشمانم برای نجات تو و کلام عدالت تو ضعیف میشود.
124با غلام خود مطابق رحمت خود رفتار کن و احکام خود را به من بیاموز.
125من بنده تو هستم .مرا درک کن تا شهادتهای تو را بدانم.
126ای خداوند وقت آن است که تو کار کنی زیرا که شریعت تو را باطل کرده اند.
127بنابراین من اوامر تو را بیش از طلا دوست دارم .بله، بالاتر از طلای خوب.
128بنابراین من تمام دستورات تو را در مورد همه چیز درست می دانم .و از هر راه نادرستی متنفرم
.PE 129شهادتهای تو شگفت انگیز است، پس جان من آنها را حفظ می کند.
130ورود کلام تو نور می دهد .به افراد ساده فهم می دهد.
131دهان خود را گشودم و نفس نفس زدم زیرا مشتاق احکام تو بودم.
132به من نگاه کن، و به من رحم کن، همانطور که با کسانی که نام تو را دوست دارند، رفتار میکنی.
133گامهایم را در کلام خود مرتب کن و هیچ گناهی بر من مسلط نشود.
134مرا از ظلم و ستم انسان رهایی بخش، پس احکام تو را نگاه خواهم داشت.
135صورت خود را بر بنده خود بدرخش .و احکام خود را به من بیاموز.
136نهرهای آب از چشمانم جاری میشوند، زیرا شریعت تو را نگاه نمیدارند.
137تزادی .ای خداوند تو عادل هستی و احکام تو درست است.
138شهادتهای تو که امر فرمودی درست و بسیار وفادار است.
139غیرت من مرا هلاک کرده است، زیرا دشمنانم سخنان تو را فراموش کردهاند.
140کلام تو بسیار خالص است، پس بنده تو آن را دوست دارد.
141من کوچک و حقیر هستم، اما احکام تو را فراموش نمیکنم.
142عدالت تو عدالت ابدی است و شریعت تو حقیقت است.
143مصیبت و اندوه مرا فراگرفته است، اما احکام تو لذت من است.
144عدالت شهادات تو جاودانی است، مرا درک کن تا زنده خواهم ماند.
.KOPH 145با تمام وجودم گریه کردم؛ ای خداوند، مرا بشنو، فرایض تو را نگاه خواهم داشت.
146نزد تو فریاد زدم .مرا نجات ده، و من شهادتهای تو را حفظ خواهم کرد.
147از طلوع صبح جلوگیری کردم و فریاد زدم :به کلام تو امیدوار بودم.
148چشمانم شبها را باز میدارد تا در کلام تو تأمل کنم.
149به حسب محبت خود صدای مرا بشنو :ای خداوند مرا برحسب داوری خود زنده کن.
150آنها به دنبال فساد نزدیک می شوند و از شریعت تو دور هستند.
151ای خداوند تو نزدیکی .و تمام احکام تو راست است.
152در مورد شهادات تو، از قدیم میدانستم که تو آنها را برای همیشه پایهگذاری کردهای.
.RESH 153به مصیبت من توجه کن و مرا رهایی بخش، زیرا که شریعت تو را فراموش نمی کنم.
154مرا اقامه کن و مرا رهایی بخش، مرا برحسب کلام خود زنده کن.
155نجات از شریر دور است زیرا آنها فرایض تو را نمی جویند.
156ای خداوند رحمتهایت عظیم است، مرا برحسب احکام خود زنده کن.
157آزار دهندگان و دشمنان من بسیارند .با این حال من از شهادتهای تو سرپیچی نمی کنم.
158من تجاوزکاران را دیدم و اندوهگین شدم .زیرا آنها به قول تو نگاه نکردند.
159ببین که من احکام تو را چگونه دوست دارم، ای خداوند مرا برحسب محبت خود زنده کن.
160کلام تو از ابتدا صادق است و هر یک از احکام عادلانه تو تا ابد باقی است.
.SCHIN 161شاهزادگان بی دلیل به من جفا می کنند، اما قلب من در ترس از کلام تو ایستاده است.
162من از کلام تو خوشحالم، مانند کسی که غنیمت بزرگی می یابد.
163از دروغ متنفرم و بیزارم، اما شریعت تو را دوست دارم.
164روزی هفت بار تو را به خاطر احکام عادلانه ات می ستایم.
165برای کسانی که شریعت تو را دوست دارند درود فراوان دارند و هیچ چیز آنها را آزار نخواهد داد.
166خداوندا، من به نجات تو امیدوار بودم و احکام تو را انجام دادم.
167جان من شهادتهای تو را نگاه داشته است .و من آنها را بی نهایت دوست دارم
168من دستورات و شهادات تو را نگاه داشتم، زیرا همه راههای من در پیشگاه توست.
.TAU 169فریاد من به حضورت نزدیک شود، ای خداوند، مرا برحسب کلام خود درک کن.
170دعای من به حضور تو برسد، مرا برحسب کلام خود رهایی بخش.

171هنگامی که فرایض خود را به من بیاموزی، لبهای من ستایش خواهد کرد.
172زبان من از کلام تو سخن خواهد گفت زیرا که تمامی احکام تو عدالت است.
173بگذار دست تو به من کمک کند .زیرا من احکام تو را برگزیده ام.
174ای خداوند، آرزوی نجات تو را دارم .و شریعت تو لذت من است.
175جان من زنده شود و تو را ستایش خواهد کرد .و بگذار قضاوت تو به من کمک کند.
176من مانند گوسفند گمراه گمراه شدهام .به دنبال بنده خود باش زیرا من احکام تو را فراموش نمی کنم.

فصل 120

) 1سرود درجات (.در اندوه خود نزد خداوند فریاد زدم و او مرا شنید.
2ای خداوند جان مرا از لبهای دروغگو و زبان فریبنده رهایی بخش.
3چه چیزی به تو داده خواهد شد؟ یا ای زبان دروغگو با تو چه می شود؟
4تیرهای تیز قدرتمندان با زغال های درخت عرعر.
5وای بر من که در مسک اقامت گزیدهام و در خیمههای قیدار ساکن هستم.
6جان من مدتهاست با کسی که از صلح متنفر است ساکن شده است.
۷ من طرفدار صلح هستم، اما وقتی صحبت میکنم، آنها طرفدار جنگ هستند.

فصل 121

) 1آواز درجات (.چشمانم را به تپه ها خواهم برد، از آنجا کمکم می آید.
2کمک من از جانب خداوند است که آسمان و زمین را آفرید.
3او اجازه نخواهد داد که پای تو تکان بخورد.
4اینک، کسی که اسرائیل را نگاه میدارد، نه میخوابد و نه میخوابد.
5خداوند نگهبان توست و خداوند سایه تو بر دست راست توست.
6خورشید تو را در روز نخواهد زد و ماه در شب تو را نخواهد زد.
7خداوند تو را از هر بدی حفظ خواهد کرد و جان تو را حفظ خواهد کرد.
8خداوند خروج و ورود تو را از این زمان به بعد و تا ابدالاباد حفظ خواهد کرد.

فصل 122

) 1سرود درجات داوود (.وقتی به من گفتند اجازه بده به خانه خداوند برویم خوشحال شدم.
2ای اورشلیم، پای ما در دروازههای تو خواهد ایستاد.
3اورشلیم به عنوان شهری ساخته شده است که با هم فشرده است:
4هرجا که قبایل بالا میروند، قبیلههای خداوند، برای شهادت اسرائیل، تا نام خداوند را شکر کنند.
5زیرا تختهای داوری، تختهای خاندان داوود است.
6برای صلح اورشلیم دعا کن، آنانی که تو را دوست دارند موفق خواهند شد.
7در حصارهایت سلامتی و در قصرهایت رفاه باد.
8به خاطر برادران و یارانم، اکنون می گویم که در تو سلام باد.
9بهخاطر خانهٔ یَهُوَه، خدای خود، خیر تو را خواهم خواست.

فصل 123

) 1آواز درجات (.ای ساکن در آسمان، چشمان خود را بسوی تو برمی گردانم.
2بنگرید، مانند چشمان بندگان به دست اربابان خود، و مانند چشمان دوشیزه به دست معشوقه خود .پس چشمان ما به یهوه خدای ما منتظر است تا به ما رحم کند.
3ای خداوند، بر ما رحم کن، بر ما رحم کن، زیرا که ما از تحقیر بسیار پر شدهایم.
4جان ما بهشدت از تحقیر کسانی که آسودهاند و از تحقیر مغروران پر شده است.

فصل 124

) 1سرود درجات داوود (.اگر خداوند طرف ما نبود، اکنون اسرائیل بگوید.
2اگر وقتی مردم بر ما قیام کردند، خداوند در کنار ما نبود.
3آنگاه ما را به سرعت بلعیده بودند که خشم ایشان بر ما شعله ور شد.
4آنگاه آبها بر ما چیره شده بود، نهر بر جان ما رفته بود.

5آنگاه آبهای غرور بر جان ما گذشته بود.
6متبارک باد خداوندی که ما را طعمه دندانهای ایشان نکرده است.
۷ جان ما مانند پرندهای از دام پرندگان نجات یافته است.
8یاری ما به نام خداوند است که آسمان و زمین را آفرید.

فصل 125

) 1سرود درجات (.کسانی که بر خداوند توکل می کنند مانند کوه صهیون خواهند بود که قابل برداشتن نیست، بلکه تا ابد باقی می ماند.
2همانطور که کوهها در اطراف اورشلیم هستند، خداوند نیز از این به بعد تا ابد به دور قوم خود است.
3زیرا عصای شریر بر قرعه عادلان قرار نخواهد گرفت .مبادا صالحان دست خود را به سوی گناه دراز کنند.
4ای خداوند، به نیکوکاران و آنانی که در دل خود راست میگویند، نیکی کن.
5و کسانی که به راههای کج خود منحرف می شوند، خداوند آنها را با گناهکاران پیش خواهد برد، اما درود بر اسرائیل باد.

فصل 126

) 1سرود درجات (.هنگامی که خداوند اسارت صهیون را بازگرداند، ما مانند آنها بودیم که رویا می دیدند.
۲ آنگاه دهان ما پر از خنده و زبان ما از سرود پر شد و در میان امتها گفتند :خداوند کارهای بزرگی برای ایشان کرده است.
3خداوند کارهای بزرگی برای ما انجام داده است .که ما خوشحالیم.
4ای خداوند، اسارت ما را مانند نهرهای جنوب برگردان.
5آنانی که در اشک می کارند، با شادی درو خواهند کرد.
6کسی که بیرون میآید و میگرید و دانههای گرانبها میآورد، بیشک با شادی دوباره خواهد آمد و غلافهای خود را با خود خواهد آورد.

فصل 127

) 1سرود درجات برای سلیمان (.جز اینکه خداوند خانه را نسازد، بیهوده زحمت میکشند که آن را میسازند.
2برای شما بیهوده است که زود برخیزید، دیر بنشینید، نان غم را بخورید، زیرا او به این ترتیب محبوب خود را می خواباند.
3اینک فرزندان میراث خداوند هستند و میوه رحم پاداش اوست.
4مانند تیرها در دست مردی توانا .بچه های جوانان هم همینطور.
5خوشا به حال مردی که پشمش از آنها پر باشد .شرمنده نخواهند شد، بلکه با دشمنان در دروازه صحبت خواهند کرد.

فصل 128

) 1سرود درجات (.خوشا به حال هر که از خداوند می ترسد .که در راه او قدم می زند.
2زیرا زحمات دستهایت را خواهی خورد، خوشبخت خواهی شد و برای تو خوب خواهد بود.
3همسرت مانند درخت انگور در کنار خانهات خواهد بود و فرزندانت مانند بوتههای زیتون در اطراف سفره تو.
4بنگرید، که این گونه برکت خواهد یافت مردی که از خداوند می ترسد.
5خداوند تو را از صهیون برکت خواهد داد و نیکی اورشلیم را در تمام روزهای زندگی خود خواهی دید.
6آری، تو فرزندان فرزندانت را خواهی دید و درود بر اسرائیل.

فصل 129

) 1سرود درجات (.بارها از جوانی به من مبتلا شده اند، باشد که اسرائیل اکنون بگوید:
2از جوانیام بارها مرا آزار میدهند، اما بر من چیره نشدهاند.
3شخم زنها بر پشت من شخم زدند و شیارهای خود را دراز کردند.
4خداوند عادل است.
5همه آنانی که از صهیون نفرت دارند شرمنده و برگردند.
6مانند علف بر بام خانهها باشند که پیش از روییدن خشک میشوند.
7چمن زن دست خود را با آن پر نمی کند .و نه آن که می بندد سینه خود را می بندد.
8و آنانی که میروند نمیگویند :برکت خداوند بر شما باد .ما شما را به نام خداوند برکت میدهیم.

فصل 130

) 1سرود درجات (.از اعماق به سوی تو فریاد زدم، ای خداوند.
2خداوندا، صدای من را بشنو، گوشهایت به صدای تضرع من توجه داشته باشد.

3ای خداوند، اگر تو باید گناهان را مشخص کنی، ای خداوند، چه کسی بایستد؟
4اما آمرزش نزد توست تا از تو بترسند.
5من منتظر خداوند هستم، جان من منتظر است، و به کلام او امیدوار هستم.
6جان من بیشتر از مراقبان صبح منتظر خداوند است.
7اسرائیل به خداوند امیدوار باشد زیرا که نزد خداوند رحمت است و با او فدیه فراوان است.
8و اسرائیل را از تمامی گناهانش نجات خواهد داد.

فصل 131

) 1سرود درجات داوود (.خداوندا، نه قلب من مغرور است و نه چشمانم بلند، و نه در امور بزرگ و نه در چیزهایی که برای من بلندتر است، تمرین نمی کنم.
2بیتردید من مانند فرزندی که از شیر مادرش گرفته شده است، رفتار کردهام و آرام گرفتهام.
3اسرائیل از این پس و تا ابد به خداوند امیدوار باشد.

فصل 132

1آهنگ درجه .خداوندا، داوود و تمام مصیبتهای او را به یاد آوری.
2چگونه برای خداوند سوگند یاد کرد و برای خدای توانا یعقوب نذر کرد.
3بیتردید به خیمه خانه خود نمیآیم و به بستر خود نمیروم.
4به چشمانم خواب نخواهم داد و پلک هایم را خواب نخواهم داد،
5تا جایی برای خداوند، مسکنی برای خدای توانا یعقوب بیابم.
۶ اینک، در افراته از آن شنیدیم و آن را در مزارع جنگل یافتیم.
7به خیمههای او میرویم و در زیر پای او عبادت میکنیم.
8ای خداوند، به آرامش خود برخیز .تو و تابوت قدرتت.
9کاهنان تو لباس عدالت بپوشند .و اولیای تو از شادی فریاد بزنند.
10بهخاطر خادمت داود، روی مسحشدهات را برنگردان.
11خداوند به داود به راستی سوگند یاد کرده است .از آن برنخواهد گشت ;از میوه بدن تو بر تخت تو خواهم گذاشت.
12اگر فرزندانت عهد و شهادت من را که به آنها تعلیم خواهم داد، نگاه دارند، فرزندان ایشان نیز تا ابد بر تخت تو خواهند نشست.
13زیرا خداوند صهیون را برگزیده است .او آن را برای سکونت خود خواسته است.
14این آرامش من است تا ابدالاباد .اینجا ساکن خواهم شد .زیرا من آن را آرزو کرده ام
15روزی او را بسیار برکت خواهم داد و فقیر او را با نان سیر خواهم کرد.
۱۶ کاهنان او را نیز ملبس نجات خواهم ساخت و مقدسین او از شادی بلند فریاد خواهند زد.
17در آنجا شاخ داود را جوانه خواهم زد و چراغی را برای مسح شده خود مقرر کردم.
18دشمنان او را ملبس خواهم ساخت، اما تاج او بر او شکوفا خواهد شد.

فصل 133

) 1سرود درجات داوود (.بنگرید، چه خوب و چه خوشایند است که برادران در یکپارچگی با هم زندگی کنند!
2مثل مرهم گرانبهایی است که بر ریش میبارید، یعنی ریش هارون که تا دامن جامههای او فرود میآمد.
3مانند شبنم هرمون و شبنمی که بر کوههای صهیون نازل شد، زیرا خداوند در آنجا برکت و حیات تا ابدالاباد را امر کرد.

فصل 134

) 1سرود درجات (.اینک خداوند را برکت دهید، ای همه بندگان خداوند که در شب در خانه خداوند می ایستید.
2دستهای خود را در قدس بلند کنید و خداوند را برکت دهید.
3خداوندی که آسمان و زمین را آفرید، تو را از صهیون برکت دهد.

فصل 135

1خداوند را ستایش کنید .نام خداوند را ستایش کنید .ای بندگان خداوند او را ستایش کنید.
2ای کسانی که در خانه خداوند، در صحن خانه خدای ما ایستادهاید،
3خداوند را ستایش کنید .زیرا خداوند نیکو است .زیرا دلپذیر است
4زیرا خداوند یعقوب را برای خود برگزیده است و اسرائیل را برای گنجینه خاص خود.
5زیرا می دانم که خداوند بزرگ است و خداوند ما بالاتر از همه خدایان است.

6خداوند هر چه خواست در آسمان و زمین و دریاها و همه جاهای عمیق انجام داد.
7او بخارها را از اقصای زمین بالا میبرد .برای باران رعد و برق می سازد .او باد را از خزانه های خود بیرون می آورد.
8که نخستزادهی مصر را از انسان و حیوان زد.
۹ که نشانهها و عجایب در میان تو فرستاد، ای مصر، بر فرعون و بر تمامی بندگانش.
10که ملتهای بزرگ را شکست و پادشاهان نیرومند را کشت.
۱۱ سیحون پادشاه اموریان و عوج پادشاه باشان و تمامی ممالک کنعان:
12و زمین خود را به عنوان میراث، میراثی برای قوم خود اسرائیل، بخشید.
13ای خداوند نام تو جاودان است .و یاد تو ای خداوند در تمامی نسلها.
14زیرا خداوند قوم خود را داوری خواهد کرد و در مورد بندگان خود توبه خواهد کرد.
15بتهای امتها نقره و طلا هستند که کار دستهای مردم است.
16آنها دهان دارند، اما سخن نمیگویند .چشم دارند، اما نمی بینند.
17گوش دارند اما نمی شنوند .نه نفسی در دهانشان است.
18آنها که آنها را می سازند مانند آنها هستند و هر که بر آنها اعتماد می کند نیز چنین است.
19ای خاندان اسرائیل خداوند را متبارک باش، ای خاندان هارون خداوند را برکت ده.
20ای خاندان لاوی خداوند را متبارک باشید.
21خداوند از صهیون که در اورشلیم ساکن است متبارک باد .خداوند را ستایش کنید.

فصل 136

1خداوند را سپاس گویید .زیرا او نیکو است زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
2خدای خدایان را سپاس گویید زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
3خداوند سروران را سپاس گویید زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
4برای کسی که معجزات بزرگ انجام می دهد، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
5برای او که به حکمت آسمانها را آفرید زیرا که رحمت او تا ابدالاباد است.
6برای کسی که زمین را بر آبها گسترانید، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
7برای او که چراغهای بزرگ ساخت، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
8خورشید برای حکومت در روز، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
9ماه و ستارگان برای حکومت در شب، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
10برای کسی که مصر را در اولین زاده آنها زد زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
11و اسرائیل را از میان ایشان بیرون آورد، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
12با دست نیرومند و با بازوی دراز، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
13به او که دریای سرخ را تقسیم کرد، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
14و اسرائیل را از میان آن عبور داد، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
15اما فرعون و لشکر او را در دریای سرخ سرنگون کرد، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
16برای کسی که قوم خود را در بیابان هدایت کرد، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
17برای کسی که پادشاهان بزرگ را زد زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
18و پادشاهان معروف را کشت، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
۱۹ سیحون، پادشاه اموریان، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
20و عوج، پادشاه باشان، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
21و زمین ایشان را به میراث داد زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
22حتی یک میراث برای بنده او اسرائیل، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
23که ما را در پستی ما یاد کرد، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
24و ما را از دست دشمنانمان فدیه داد، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
25که به هر جسمی غذا میدهد، زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.
26خدای آسمان را سپاس گویید زیرا رحمت او تا ابدالاباد است.

فصل 137

1در کنار رودخانههای بابل، آنجا نشستیم، آری، چون صهیون را به یاد آوردیم، گریستیم.
2چنگ خود را بر بیدها در میان آن آویختیم.
3زیرا در آنجا کسانی که ما را به اسارت بردند از ما آهنگی خواستند .و کسانی که ما را ضایع کردند از ما شادی خواستند و گفتند :یکی از سرودهای صهیون را برای ما بخوان.
4چگونه سرود خداوند را در سرزمین غریب بخوانیم؟
5ای اورشلیم، اگر تو را فراموش کنم، دست راستم حیله گری خود را فراموش کن.

6اگر تو را به یاد نمیآورم، بگذار زبانم به سقف دهانم بچسبد .اگر اورشلیم را بر شادی اصلی خود ترجیح نمی دهم.
7ای خداوند، بنی اَدوم را در روز اورشلیم به خاطر بسپار .که گفت :آن را بالا ببرید، بالا ببرید، حتی تا پایه آن.
8ای دختر بابل که باید نابود شوی .خوشا به حال او که به تو پاداش می دهد که تو به ما خدمت کردی.
9خوشا به حال او که اطفال تو را گرفته و به سنگها می کوبد.

فصل 138

) 1مزمور داوود (.تو را با تمام وجودم ستایش خواهم کرد و در حضور خدایان تو را ستایش خواهم کرد.
2در معبد مقدّس تو سجده خواهم کرد و نام تو را به جهت محبت و راستي تو ستايش خواهم كرد، زيرا كه كلام خود را بر همه نام خود بزرگتر ساخته اي.
3در روزی که فریاد زدم مرا اجابت کردی و در جانم قوت بخشیدی.
4ای خداوند، تمامی پادشاهان زمین به هنگام شنیدن سخنان تو، تو را ستایش خواهند کرد.
5آری، در راههای خداوند سرود خواهند خواند، زیرا که جلال خداوند عظیم است.
6اگر چه خداوند بلند مرتبه است، اما برای افراد فرومایه احترام قائل است، اما متکبران را از دور می شناسد.
۷ اگر در میان مصیبت راه بروم، تو مرا زنده خواهی کرد، دست خود را بر خشم دشمنانم دراز خواهی کرد و دست راست تو مرا نجات خواهد داد.
8خداوند آنچه را که به من مربوط است کامل خواهد کرد :ای خداوند رحمت تو تا ابدالاباد است .اعمال دست خود را رها مکن.

فصل 139

) 1مزامیر داوود به نوازنده اعظم (.ای خداوند، تو مرا جستجو کردی و مرا شناختی.
2تو از فرو نشستن و قیام من می دانی، اندیشه مرا از دور می فهمی.
3تو راه و دراز کشیدن من را میپیوندی و به همه راههای من آگاه هستی.
4زیرا که کلمهای به زبان من نیست، اما اینک، ای خداوند، تو آن را کاملاً میدانی.
۵ تو مرا از پشت و پیش محاصره کردی و دست خود را بر من دراز کردی.
6چنین دانشی برای من بسیار شگفت انگیز است .بالاست، نمی توانم به آن برسم.
۷ از روح تو به کجا بروم؟ یا از حضور تو به کجا بگریزم؟
8اگر به بهشت بالا بروم، تو آنجا هستی، اگر بسترم را در جهنم بچینم، اینک تو آنجایی.
9اگر بالهای صبح را بگیرم و در اقصی نقاط دریا ساکن شوم.
10در آنجا هم دست تو مرا خواهد برد و دست راست تو مرا خواهد گرفت.
11اگر بگویم که تاریکی مرا خواهد پوشاند .حتی شب هم برای من روشن خواهد بود.
12آری، تاریکی از تو پنهان نیست .اما شب مثل روز می درخشد .تاریکی و روشنایی هر دو برای تو شبیه هستند.
13زیرا که افسار من را در اختیار گرفتی و مرا در شکم مادرم پوشاندی.
14تو را ستایش خواهم کرد .زیرا که من ترسناک و شگفت انگیز آفریده شده ام .و روح من به خوبی می داند.
15وقتی که مخفیانه آفریده شدم و در پستترین نقاط زمین به طرز عجیبی کار میکردم، اموال من از تو پنهان نبود.
16چشمان تو جوهر مرا دید، اما ناقص بود .و در کتاب تو تمام اعضای من نوشته شده بود که مدام شکل می گرفتند، در حالی که هنوز هیچ یک از آنها وجود نداشت.
17ای خدا، افکار تو نیز برای من با ارزش است !چقدر مجموع آنها بزرگ است!
18اگر آنها را بشمارم، تعداد آنها از شن بیشتر است.
19یقیناً، ای خدا، شریران را میکشی.
20زیرا آنها علیه تو سخنان شریرانه می گویند و دشمنانت نام تو را بیهوده می برند.
21ای خداوند، آیا از آنها که از تو متنفرند متنفر نیستم؟ و آیا من بر قیام کنندگان بر تو اندوهگین نیستم؟
22با نفرت کامل از ایشان متنفرم و آنها را دشمن خود میشماری.
23ای خدا، مرا جستجو کن و قلب مرا بشناس، مرا بیازمای و اندیشههای مرا بشناس.
24و ببین که آیا راه بدی در من هست یا نه، و مرا در راه ابدی هدایت کن.

فصل 140

) 1مزمور داوود به نوازنده اعظم (.ای خداوند، مرا از شر مرد شریر نجات ده.
2که در دل خود فساد می پندارند .پیوسته برای جنگ دور هم جمع می شوند.
3زبان خود را مانند مار تیز کردهاند .زهر جمع کننده ها زیر لبشان است .صلاح.
4ای خداوند، مرا از دست شریران حفظ کن .مرا از مرد خشن حفظ کن .که قصد براندازی من را داشتند.
5متکبران برای من دام و ریسمان پنهان کردهاند .توری در کنار راه پهن کرده اند .آنها برای من جین تعیین کرده اند .صلاح.
6به خداوند گفتم تو خدای من هستی، ای خداوند صدای تضرع مرا بشنو.

7ای خداوند یهوه، قوت نجات من، تو در روز جنگ سرم را پوشاندهای.
8ای خداوند، خواهشهای شریر را مگذار .مبادا خود را برتری دهند .صلاح.
9سر کسانی که مرا احاطه میکنند، شرارت لبهای ایشان را بپوشاند.
10ذغالهای سوزان بر ایشان فرود آید و در آتش افکنده شوند .در گودالهای عمیقی که دیگر بلند نشوند.
11مبادا سخنگوي بد در زمین مستقر شود، بدي انسان ظالم را شکار خواهد کرد تا او را سرنگون سازد.
12میدانم که خداوند امر مصیبتشدگان و حق فقرا را حفظ خواهد کرد.
13بیتردید عادلان نام تو را شکر خواهند کرد و راستکاران در حضور تو ساکن خواهند شد.

فصل 141

) 1مزمور داوود (.خداوندا، به سوی تو فریاد می زنم :به سوی من بشتاب .هنگامی که به سوی تو فریاد می زنم، به صدای من گوش کن.
2دعای من در حضور تو به عنوان بخور بیان شود .و بالا بردن دستانم به عنوان قربانی شام.
3ای خداوند، در برابر دهان من دیدهبانی قرار ده .درب لبم را نگه دار
4دل من را به چیز بدی متمایل نکن تا با مردانی که گناه میکنند کارهای ناپسند انجام دهم و از غذاهای خوش طعم آنها نخورم.
5عادلان مرا بزنند .این یک مهربانی خواهد بود .و او مرا سرزنش کند .این روغن عالی خواهد بود که سر من را نخواهد شکست زیرا دعای من نیز در مصیبت های آنها خواهد بود.
6وقتی داوران ایشان در سنگلاخ سرنگون شوند، سخنان مرا خواهند شنید .زیرا آنها شیرین هستند
7استخوانهای ما در دهان قبر پراکنده است، مانند زمانی که کسی هیزم را بر زمین میکند و میشکند.
8اما ای خداوند یهوه چشمان من به تو است .روحم را بی نصیب نگذار
9مرا از دامهایی که برای من انداختهاند و از دامهای گناهکاران حفظ کن.
10شریران به تورهای خود بیفتند تا من فرار کنم.

فصل 142

) 1ماشیل داوود؛ دعای زمانی که او در غار بود (.با صدای خود نزد خداوند فریاد زدم .با صدای خود به خداوند تضرع کردم.
2شکایت خود را نزد او ریختم .من در مقابل او مشکلم را نشان دادم.
3چون روح من در درونم غرق شد، آنگاه راه مرا دانستی .در راهی که من در آن راه رفتم، پنهانی برای من دام انداختند.
4به دست راست خود نگریستم و دیدم، اما کسی نبود که مرا بشناسد .هیچ مردی به روح من اهمیت نمی داد
5ای خداوند نزد تو فریاد زدم و گفتم تو پناهگاه و سهم من در زمین زندگان هستی.
6به فریاد من توجه کن .زیرا من بسیار پست شده ام .زیرا آنها قوی تر از من هستند
7جان مرا از زندان بیرون بیاور تا نام تو را ستایش کنم .زیرا با من نیکوکارانه رفتار خواهی کرد.

فصل 143

) 1مزمور داوود (.ای خداوند دعای مرا بشنو، دعای من را بشنو، به وفاداری خود مرا اجابت کن و به عدالتت.
2و با غلام خود داوری مکن زیرا که هیچ زنده ای در نظر تو عادل نخواهد بود.
3زیرا دشمن جان من را جفا کرده است .او جان من را به زمین زده است .او مرا مانند کسانی که مدتهاست مرده اند در تاریکی ساکن ساخته است.
4بنابراین روح من در درون من غرق شده است .قلبم در درونم متروک است
5ایام قدیم را به یاد می آورم .من در تمام کارهای تو فکر می کنم .من به کار دستان تو فکر می کنم.
6دستهایم را به سوی تو دراز میکنم و جانم مانند زمین تشنه به دنبال تو تشنه است .صلاح.
7ای خداوند، به سرعت مرا بشنو، روح من ناتوان میشود، صورت خود را از من پنهان مکن، مبادا مانند کسانی باشم که به گودال میروند.
8محبت خود را صبح به من بشنوم .زیرا به تو اعتماد دارم .زیرا من روح خود را به سوی تو می برم.
9ای خداوند، مرا از دست دشمنانم رهایی بخش.
10مرا بیاموز تا اراده تو را انجام دهم .زیرا تو خدای من هستی .روح تو نیکو است .مرا به سرزمین راستی هدایت کن.
11ای خداوند به خاطر نام خود مرا زنده کن و به خاطر عدالت خود جان مرا از تنگنا نجات ده.
12و به رحمت خود دشمنانم را قطع کن و تمام کسانی را که جان من را آزار میدهند هلاک کن، زیرا من بنده تو هستم.

فصل 144

) 1مزمور داوود (.خداوند قوت من متبارک است که دستهای مرا به جنگ و انگشتانم را به جنگ می آموزد.
2خوبی من و قلعه من .برج بلند من و نجات دهنده من .سپر من و کسی که به او اعتماد دارم .که قوم مرا زیر دست من می گیرد.
3خداوندا، انسان چیست که او را بشناسی !یا پسر انسان که از او حساب کنی!

4انسان مانند باطل است، روزهای او مانند سایهای است که میگذرد.
5ای خداوند، آسمانهایت را خم کن و فرود آی، کوهها را لمس کن تا دود کنند.
6صاعقه را افکنده و آنها را پراکنده کن، تیرهایت را پرتاب کن و آنها را نابود کن.
7دستت را از بالا بفرست .مرا خلاص کن و از آبهای عظیم از دست کودکان غریب رهایی بخش.
8که دهانشان باطل می گوید و دست راستشان دست راست باطل است.
9ای خدا برای تو آواز تازه ای خواهم خواند و بر مزمور و ساز ده تار برای تو ستایش خواهم کرد.
10اوست که پادشاهان را نجات میدهد و بنده خود داود را از شمشیر آسیبرسان نجات میدهد.
۱۱ مرا خلاص کن و از دست کودکان غریب که دهانشان باطل می گوید و دست راستشان دست راست باطل است، رهایی بخش.
12تا پسران ما مانند گیاهانی باشند که در جوانی رشد کرده اند .تا دخترانمان مانند سنگهای گوشهای باشند که مانند قصر صیقل داده شدهاند.
13تا انبارهای ما پُر شود و دارای هر گونه ذخیره باشد، تا گوسفندان ما هزاران و ده هزار در کوچههای ما بیاورند.
14تا گاوهای ما در کار نیرومند باشند .این که نه نفوذ و نه بیرون آمدن وجود داشته باشد .که هیچ شکایتی در خیابان های ما نباشد.
15خوشا به حال مردم که در چنین حالتی هستند، آری، خوشا به حال مردمی که خدایشان خداوند است.

فصل 145

) 1مزمور ستایش داوود (.ای پادشاه، خدای من، تو را ستایش خواهم کرد .و نام تو را تا ابدالاباد برکت خواهم داد.
2هر روز تو را برکت خواهم داد .و نام تو را تا ابدالاباد ستایش خواهم کرد.
3خداوند بزرگ است و بسیار قابل ستایش .و عظمت او قابل جستجو نیست.
4نسلی اعمال تو را به دیگری ستایش خواهد کرد و اعمال تو را اعلام خواهد کرد.
5از شرافت باشکوه عظمت تو و کارهای شگفتانگیز تو سخن خواهم گفت.
6و مردم از قدرت اعمال هولناک تو سخن خواهند گفت و من عظمت تو را اعلام خواهم کرد.
7یاد نیکی عظیم تو را فراوان خواهند گفت و عدالت تو را سرود خواهند داد.
8خداوند بخشنده و سرشار از رحمت است .دیر خشمگین و دارای رحمت فراوان.
9خداوند با همه نیکوکار است و رحمت او بر تمامی اعمال اوست.
10ای خداوند تمامی اعمال تو تو را ستایش خواهد کرد .و قدیسانت تو را برکت خواهند داد.
11از جلال پادشاهی تو سخن خواهند گفت و از قدرت تو سخن خواهند گفت.
12تا به بنیهای انسان اعمال نیرومند خود و عظمت سلطنت خود را بشناساند.
13پادشاهی تو پادشاهی جاودانی است و سلطنت تو در تمام نسلها پابرجاست.
14خداوند همه سقوطها را نگه میدارد و جمیع کسانی را که خم میشوند برمیخیزد.
15چشم همه بر تو چشم انتظار است .و گوشت آنها را در موعد مقرر به آنها می دهی.
16تو دست خود را باز میکنی و آرزوی هر موجود زندهای را برآورده میکنی.
17خداوند در تمامی راههای خود عادل و در تمامی اعمال خود قدوس است.
18خداوند به همهی کسانی که او را میخوانند، نزدیک است به همهی کسانی که او را به راستی میخوانند.
19او آرزوی ترسندگان را برآورده خواهد کرد و فریاد ایشان را نیز خواهد شنید و ایشان را نجات خواهد داد.
20خداوند جمیع کسانی را که او را دوست میدارند حفظ میکند، اما همه شریران را هلاک خواهد کرد.
21دهان من ستایش خداوند را خواهد گفت و همه انسانها نام مقدس او را تا ابدالاباد برکت دهند.

فصل 146

1خداوند را ستایش کنید .ای جان من خداوند را ستایش کن.
2تا زمانی که زندهام، خداوند را ستایش خواهم کرد و تا زمانی که هستی برای خدای خود ستایش خواهم کرد.
3بر امیران و پسر انسان که هیچ کمکی به او نیست اعتماد نکن.
4نفس او بیرون میآید و به زمین خود باز میگردد .در آن روز افکار او از بین می رود.
5خوشا به حال کسی که خدای یعقوب را یاری دارد و امیدش به یهوه خدایش است.
۶ که آسمان و زمین و دریا و هر چه در آن است را آفرید که راستی را تا ابد حفظ می کند.
۷ که برای مظلومان داوری میکند و به گرسنگان غذا میدهد .خداوند اسیران را رها می کند:
8خداوند چشمان نابینایان را میگشاید، خداوند خمیدهگان را برمیخیزد و خداوند عادلان را دوست دارد.
9خداوند غریبان را حفظ میکند .او یتیم و بیوه را تسکین می دهد، اما راه شریران را زیر و رو می کند.
10یهوه، خدای تو، ای صهیون، تا ابدالاباد سلطنت خواهد کرد .خداوند را ستایش کنید.

فصل 147

1خداوند را ستایش کنید زیرا خوب است که برای خدای خود ستایش کنیم .زیرا خوشایند است ;و ستایش زیباست.

2خداوند اورشلیم را بنا میکند و راندهشدگان اسرائیل را جمع میکند.
3او دل شکستهها را شفا میدهد و زخمهایشان را میبندد.
4او تعداد ستارگان را می گوید .همه آنها را به نامشان می خواند.
5خداوند ما بزرگ و توانا است و عقل او نامحدود است.
6خداوند حلیمان را بلند میکند و شریران را به زمین میاندازد.
7برای خداوند با شکرگزاری بخوان .خدای ما را بر چنگ ستایش کن:
8که آسمان را با ابرها می پوشاند، که باران را برای زمین آماده می کند، که علف را بر کوه ها می رویاند.
9او به وحش غذای خود را می دهد و به زاغ های جوانی که فریاد می زنند.
10او از قدرت اسب لذت نمی برد و از پاهای انسان لذت نمی برد.
11خداوند از آنانی که از او میترسند، و از آنانی که به رحمت او امیدوارند، خشنود است.
12ای اورشلیم خداوند را ستایش کن .ای صهیون، خدای خود را ستایش کن.
13زیرا او میلههای دروازههای تو را محکم کرده است .او فرزندان تو را در درون تو برکت داده است.
14او در مرزهای تو صلح می کند و تو را از بهترین گندم پر می کند.
15او فرمان خود را بر زمین می فرستد و کلام او به سرعت جاری می شود.
16برف را مانند پشم میدهد و یخبندان را مانند خاکستر میپاشد.
17او یخ خود را مانند لقمه می ریزد، چه کسی می تواند در برابر سرمایش بایستد؟
18او کلام خود را می فرستد و آنها را ذوب می کند و باد خود را می وزد و آبها جاری می شود.
19او کلام خود را به یعقوب و فرایض و احکام خود را به اسرائیل اعلام کرد.
20او با هیچ قومی چنین رفتار نکرده است و احکام او را نمی شناسند .خداوند را ستایش کنید.

فصل 148

1خداوند را ستایش کنید .خداوند را از آسمان ستایش کنید، او را در بلندی ها ستایش کنید.
2ای فرشتگانش او را ستایش کنید، ای لشکریانش او را ستایش کنید.
3ای خورشید و ماه، او را ستایش کنید، ای ستارگان نور، او را ستایش کنید.
4ای آسمانهای آسمانها و ای آبهایی که بالاتر از آسمانها هستید، او را ستایش کنید.
5نام خداوند را ستایش کنند زیرا او امر کرد و آفریده شدند.
6و ایشان را تا ابدالاباد استوار کرده است و حکمی صادر کرده است که نخواهد گذشت.
7ای اژدها و همه اعماق، خداوند را از روی زمین ستایش کنید.
8آتش و تگرگ .برف و بخار؛ باد طوفانی به قولش عمل می کند:
9کوهها و همه تپهها .درختان مثمر و همه سروها:
10جانوران و همه چهارپایان .چیزهای خزنده و پرنده پرنده:
11پادشاهان زمین و همه مردم .شاهزادگان و همه داوران زمین:
12هم مردان جوان و هم دوشیزگان .پیرمردها و کودکان:
13نام خداوند را ستایش کنند زیرا که تنها نام او عالی است .جلال او بالاتر از زمین و آسمان است.
14او همچنین شاخ قوم خود را ستایش جمیع مقدسین خود میسازد .حتی از بنی اسرائیل، قومی نزدیک به او .خداوند را ستایش کنید.

فصل 149

1خداوند را ستایش کنید .برای خداوند سرود نو و ستایش او را در جماعت مقدسین بخوانید.
2بنی صهیون در پادشاه خود شادی کنند.
3نام او را در رقص ستایش کنند و با ساز و چنگ او را بخوانند.
4زیرا خداوند از قوم خود خشنود است و حلیمان را با نجات زینت خواهد بخشید.
5قدیسان در جلال شادی کنند و بر بسترهای خود آواز بخوانند.
6ستایشهای بلند خدا در دهان ایشان و شمشیری دولبه در دست ایشان باشد.
7برای انتقام از امتها و مجازات بر مردم.
8تا پادشاهان خود را با زنجیر ببندند و بزرگان خود را با بندهای آهنین.
9تا حکمی را که نوشته شده است بر ایشان اجرا کنند :این افتخار برای همه مقدسین اوست .خداوند را ستایش کنید.

فصل 150

1خداوند را ستایش کنید .خدا را در حرمش ستایش کن :او را در فلک قدرتش ستایش کن.
2او را بهخاطر اعمالش ستایش کنید و به عظمت عالیاش او را ستایش کنید.
3او را با نوای شیپور ستایش کنید و با مزمور و چنگ او را ستایش کنید.

4او را با دف و رقص ستایش کنید و با سازها و سازهای زهی او را ستایش کنید.
5او را بر سنج های بلند ستایش کنید، او را بر سنج های بلند ستایش کنید.
6هر چیزی که نفس دارد، خداوند را ستایش کند .خداوند را ستایش کنید.